明治四十五年二月二十日發行

婦人衛生雜誌

第二百六十七號

明治二十一年三月二十八日內務省許可（毎月發行）

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

婦人衛生雜誌

第二百六十七號目次

講演

叢談

育兒

家庭衛生

質疑

雜報

廣告

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

總會竝春季懇親會通知

來三月三十日(第五土曜日)午後一時より淺草區向柳原町松浦伯爵邸に於て本會總會を兼ね春季懇親會相催し候間御家族御知友御同伴御來會被下度此段豫め御通知申上置候

一、會費　懇親會費として金五拾錢、御同伴者亦同じ
一、徽章　當日は必ず御忘なく御佩用の事
一、服裝　隨意
一、履物　園内は靴、草履、駒下駄の外御使用なき事

○御出席の有無は三月二十七日迄に本會事務所宛御一報被下度御同伴有之候はゞ其御人數共
○電車は美倉橋又は左衞門橋御降車を便とす
　三月例會は休會候也

明治四十五年二月

私立大日本婦人衞生會

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

前髪心の覇王 美人印ヘーヤロール

弊店製造の特許ヘーヤロールは原料を遠く濠洲に仰ぎ新歸朝者美容術界の明星たる岡崎エン子女史が母國への土産として持ち來りしものに大改良を加へ衛生と經濟とを兼備したる逸品なる事貴婦人界既に定評あり

ヘーヤロール前髪心壹個の目方

壹尺	中	貳匁四分
壹尺貳寸	大	三匁四分
壹尺五寸	極大	五匁五分



講演

大國民の衛生（承前）

醫學博士　二木謙三

○○○○○家庭の衛生　それから今度は家庭の衛生に遷ります、家庭内にはどんな衛生を行つたら宜からうかと云ふと、第一食物にはどんな物を喰べませうか、窒扶斯とか赤痢とか、さう云ふやうな病氣は人の食物から入る、又此頃初めて流行病の數に入りましたパラ窒扶斯と云ふ病氣がありますが、此病氣は矢張り傳染病で、それに罹りまするど一家内の人が一度に澤山罹つて仕舞ふことがある、即ち家族感染をすると云ふことはパラ窒扶斯には多いのであります、されば其の病氣の如何なるものかを一通り御話し致します。

○○○○○パラチフス　先づ第一にパラ窒扶斯を起す原因は何であるかと申しまするど、黴菌である、此黴菌は極く〱小さいもので、先づ此の燐寸の切口のやうな細い物を千分して、其一つを十に割つた位の小さなものであります、其一つが細長い形を致して居りまして、それが動くのです、動くには此周圍に八本内外の脚が生えて居つて、其脚で以つて泳ぐのであります、蛸魚は八本の脚で歩きますが、此の黴菌も矢張り七八本の脚で動いて水の中を盛に泳いで居ります、此黴菌は髪の毛一本位の穴がありますと其穴から九萬匹も揃つて入ることの出來るやうな非常に微小なものであります、それからして此小さい黴菌が何處から來るかと申しまするど、常に患者の身體中にあつて、其れが便や尿と共に外界に出で、それが或る機會に食物などに附着して健康者の體内に入り

來るので、其の機會と申すのも例へば穢物に止まつた蠅が持つて來るとか、或は鼠が尻や脚などに黴菌を着けて來て、さうして臺所に入つて、俎とか庖丁とかに附けて行く、又お菜の上とか時としては御飯を喰べに來る、さうして此黴菌を置いて行く、さう云ふ人間の眼に入らないものですから知らず識らずの間に黴菌を附けて來るので、其蠅が御飯の上に止るのでありますから、何んでも惡疫の流行時には食物は煮た物をあがることが大切であります、煮ればどんな黴菌でも皆死んで仕舞います、それから食器の用心も必要で、又食物には皆嚴重に蓋をすることが必要であります、即ちお箸は箸函に入れるとか、茶碗などは伏せて置くと云ふやうになさらなければならぬ、布巾のやうな物は必ず熱湯で絞つて使ふやうに、又一度喰べたところの茶碗は必ず熱湯で洗つて伏せて置くと云ふやうになさるのが宜い、さう云ふ風に庖丁でも俎でも常には乾かして置いて使ふときには必ず能く清水を注いで洗ふと、云ふやうに注意をなさることが必要であります、又何んでも時々日光に當てゝ乾かすが宜しい、多くの黴菌は乾かせば大抵死滅し且つ直射日光に當ると大抵五分か十分にして滅亡して仕舞います。それからパラ窒扶斯の病氣はどんな症狀を起すかと云ふと、第一に寒氣がして熱が出て參る、風引いた樣に氣分が惡くなり、頭痛が起り、時には胸の惡いやうなこともありますし、又お腹の痛いやうなこともありますが、始めはさう甚しいことはない、唯毎日寒氣がして熱が出る、それが二日三日になりますると云ふと段々と熱が高くなり四五日又は一週間位になると熱が一番高いので三十九度五分とか四十度とか云ふ溫度になり、だん〳〵熱の爲に苦しくつて堪らなくなる、それから胸の邊に赤い小さな斑點即ち薔薇疹と云ふものが出來、其大さは米粒の半分位で數は五ッ六ッ七ッとか多いのは二十も三十も出來ますが、それは主に胸に出來る、それから脾臟が脹れて大きくなり横腹の左の方に醫師の下に觸るゝ樣になり、横腹の右の方盲

腸の所が醫師が之を抑えると痛くなつて參ります、又時としては下痢することもあります、甚しくなると腸の内がたゞれて其所から腸出血を起す、其上ひどくなりますると脳を冒して譫語を言ふやうになります、それで輕い時には大抵二週間で熱の下る人もあれば又重ければ三週間も四週間もかゝり熱の爲めと食氣のない爲めに衰弱し又は心臟の弱つて仆るゝ患者もある、詰り腸窒扶斯よりは少し輕いやうな、インフルエンザよりは少し重いやうなものであります、それですから風引きと思ふても何んでも熱がでたなら必ずかゝりつけのお醫者さんにかゝらなければいけませぬ、此頃は段々パラチフスも多く流行して參りましたから御注意を願ひたい、此パラ窒扶斯は誰か一人之に罹ると家族の人は皆罹ることがありますから、油斷しないやうにしなければなりませぬ。

○○○○○結核の豫防　それからもう一つ御注意申して置きたいのは、肺結核ですが、斯う云ふ結核性のものは、餘程御注意なさらなければならぬ、即ち肺尖加答兒や肺結核に罹りますと咳をする、熱が出て肺が段々と破れて參ります、それから咳を甚くすると血が出る呼吸が苦くなる、段々と痩せて來る、もう斯う云ふ症狀になると餘程六ケしい、或は斯う云ふ時には轉地をしたり、入院をしたり、注射をして見たり、種々治療を加へましても、快復が中々難しいことが多い、又結核の黴菌は其の外肋膜炎とか、腹膜炎とか腦膜炎とか腸結核とか云ふやうな病氣を起します、さう云ふ病氣は皆黴菌から罹るのでありますから、能く注意しなければなりませぬ、私はよく斯う云ふ問を受ける、家の子供は澤山ありますが、其中の一人が肺尖加答兒に罹ると、他の子供に傳染しないかと云ふことを聞かれることがある、此處でどうでせうか、兄弟が五人も六人もあつて、其内の一人が肺尖加答兒になつてそれが傳染せぬとは言はれぬのであります、其所でどうでしよう、たとへ傳染の恐あるにしても、急に其の病人を餘所にやると云ふのも都合の惡いこともあらうし、やられた轉地先き

の内の人も迷惑であり、即ち自分の内には傳染しては困る、他人は勝手に傳染せよと云ふことは勿論不都合であり、されば内に置いて注意するとしても、遙かに豫防法を勵行しても時としては却て病人を邪魔にするに當り、病人も神經を起すこともあり、たとへ其を敢てした所で、もと〳〵長い病氣の事だから其の以前既に他の兄弟に傳染して居るかも知れぬ、そこで萬事が不都合となるのである、そんなやうな事は面白くない、そこで私がどうして豫防法を講じたら宜いかと云ふことを考へて一つの考案が出來ました、即ち人が既に病氣が起つてから豫防しやうと云ふのだから、其は間違つて居る、人は總て病人が出ぬ先きに豫防法を實行して行つたら宜しい、それが取りも直さず豫防であつて、豫防とは其より外にないのであり。其の眞の豫防法を勵行せしむるのが即ち本會の任務であらうと思ひます、即ち日本國の新家庭は、家庭に病人の出ぬ先に婦人衞生會の命する豫防法を勵行すべきものであると信じます、

されば結核のみならずパラ窒扶斯でも腸窒扶斯でも前述の如く皆此食物とかハンカチーフとか、茶碗とか云ふ物から傳染するのでありますから先づ第一にさう云ふ物の取扱を嚴重にしたら宜いと思ふのである。漸次に其の方法を述べましよう。

食器被服器具の注意　先づ第一に食器はどうしませうかと云ふと、是は前にお話したやうにお茶碗とか、箸とかは毎回熱湯に漬けてさうして冷めるのを待つて洗ふので、それならば結核の黴菌でも何んでも死滅して仕舞ふて入りつこはない、枕掛けとか夜著の衿とか、著物の半襟とか云ふ物、袂などに汚れて居るやうな物は洗濯をするのに、直ぐにせずに熱湯に曹達を溶れて置きまして、少し冷令して後に洗濯する、其湯の中に漬けて置けば能く脂肪も取れます、又黴菌も皆滅亡致します。

それから顏を洗ふ盥です、是は家族の數に依つて各人別々に備へて置く方が宜い、別々にすると云ふと大變のやうですが、別に高いと云ふ譯のものでもな

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

い、亞鉛引の盥を買へば安く買へる、それで一個あれば二年も三年も用ゐられます、自分の使つた物は品が惡くても清潔である、又自分一人なら清潔にして置けるのであります、それから手拭とかハンカチーフとかも各人宛別々にして置く方が宜い、共有ではいけませぬ、それから顔面を洗ひまする流しは是は野菜を洗つたり、料理をしたりする流しと、一緒にしてはいけませぬ、一緒にすると痰唾などから吐出した黴菌が入ります故甚だ危險であります　それで顔面を洗ふ流は成るべく日當の宜い處に置いて、水排けをよくして、成るべくよく乾くやうにすると黴菌が流されて死んで仕舞ふ、それから痰壺の中にはリゾールとか石炭酸とか云ふ消毒劑を入れて置けば黴菌は死んで仕舞ふ、斯う云ふことは皆さんの御注意をして戴かなければ日本國は肺病の爲に潰れて行くことになる、肺病の豫防は女の方で注意して戴かなければならないと思ひます、是は貧困の內でも金持の方でも心懸さへすれば僅のことで出來るのであります。

空氣と日光　其次は豫防法の一として空氣の流通を宜くすることである、少し位寒くつても成るべく窓などは明けて置いて空氣をよく通はすやうにしなければ健康に宜しくないのであります、それから塵の立たぬやうにして行かなければならぬので、椽側などは日に三度とか、又居間或は小兒部屋などは疊も矢張り幾度か拭くのです此れは人手がかゝる樣ですが、女中ばかりでなく家族一同代々皆で働けば宜しい其れが又無上のよい運動になるのです、拭きますのには只の清水でもよし又少し消毒藥を入れたものなら一層宜しい、そうして掃除してなるべく塵の立たぬやうにする、兎角中流以上の御婦人方は運動をなさることが少ない、郊外散歩と云ふやうなことはお子さんが多かつたり、或は家の內に用があつたりして自然出來ませぬから、斯ふ云ふ雜巾掛けなどをしてお働きになれば大變宜いので甘い工合になるのでおります、例へば散歩すると言つても著物を著換

へたり、髪を梳したりする、中々出掛けるのに容易ではないから、自然散歩を怠るやうになるから、矢張り家の中で運動をなさる爲には、雑巾を以て拭ひ掃除などされるのが、是が一番宜い運動であります、是は皆さんの體に宜いばかりでないで、皆さんの大切なる御主人にも、お子様にも、又家族一同にも宜いのでありますからどうかなさるやうにして戴きたい、それからして尚ほ日曜などには松や杉などの樹の生えて居る森や又は開いたる野原或は海岸等に行つて息むやうにする、人の澤山住んで居る町の空氣は肺に宜くないから、成べくそう云ふ所に行つて散歩し自然新鮮なる空氣を深く呼吸する事が必要であります、松や杉の森と云ふ處は、此の東京の附近は段々と少なくなつて參りましたが、是は男の方に御願して成るべく都會の附近には森や林を作つて貰うやうに致したい、斯んなやうな事も皆さん御婦人方が御注意なさるやうにして戴きたいので、文明は自然を破壊しますから、婦人は風紀、良習慣の保護者であると共に、婦人は衛生、風致自然美等の擁護者であらなければなりません、次には日光は人體に必要なるのみならず殺菌の働きをなすこと非常に強きものでありますから室内等はなるべく日光又は光線を多く入るゝ様に心懸けなければなりません、又人々もなるべく室内にのみ蟄居せずに、なるべく多く戸外の光線に當る様にし、衣類も夜具も、器物も、拭巾も、雑巾も何でも日に當てゝ乾かす様に心懸けるのであります、それで家庭の衛生は誰人にも注意して居れば出來るのでございます、例へば家族中に肺尖加答兒のやうな病氣に罹る人があつても、平世に豫防上注意をしてあるから遽に騒ぎ立てゝ氣分を惡くするやうなこともなく、又其人を繼兒の取扱にすることもいらない、即ち平生の心懸けが必要で、之を眞の豫防と申すのであります。

料理人と呼吸器　それからもう一つ忘れてはなりませぬことは、女中或は臺所に働く人が、此食事の仕度をなさいます時には、呼吸器を掛けて貰いたいこ

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

こです、そうすると、咳をしても黴菌が外に漏れない、普通の人が呼吸器を掛けると、彼は肺病になつたから掛けると思はれる樣で、いやですが此の場合は決してさうではなく、料理をする時には必ず掛けるものと云ふことになれば何んでもないのです。昔は手が不潔と云ふので、あの不自由な爼箸を使ふて料理をしたとを考へますと何でもないことゝ思はれます、是の注文は私は今日此處に初めて申したのでありますが、出來ますかどうか、若し宜かつたらもつと廣く皆さんやつて戴きたい、例へば學校でも料理の稽古の時に料理番に當つた方は呼吸器を掛けてやつて戴いたらどんなものでせうか、是は極く詰らぬことの樣でありますが、大變に影響を有つて參ります、例へば此の肺病の統計上でも、一家內で男が病氣になつた時に家族に傳染するよりは、女の肺病に罹つた時の方が家族に傳染させる數が多くなつて居る、それは去年出ました統計上に示して居ります、それは何の爲でせうか、男は多く外に居るので女は詰り家にのみ居り且つ料理等の扱をして居るから內の人に傳染を及ぼすことが多い、そこでさう云ふことは矢張り食物が關係を持つて居るので、食物の仕度をする其人が肺病に罹つてから、貴女は肺病だからお掛けなさいと斯う言つては氣を惡くする、そこで不斷掛けるものと定めて置けば働く者も氣を惡くすることはない、是は皆やることになればおかしくも何ともない、此事は今日初めて申出たのでありますが、どうか是は婦人衞生會の事業としてやつて戴きたい。

○○○○○婦人の衞生　是れから御婦人方の衞生に就て少し述べて置きたい、御婦人の衞生は總ての人よりは大切なことは解つて居ります、御婦人方には自然に有つておいでになる天職と云ふものがある、それは毎々申上げましたが卽ち良い健全にして完全なる子供の母と云ふことが女の天職であります、若し御婦人方が子供の母となることはいやだとお仰やつたら何うでありませうか、さうすると日本國民は其の時限り

に亡びるのであります、是は大變なことであります、それですから女は健全な良い子供の母となると云ふことが第一の天職であります、其爲には皆さんも勉强もして立派な心掛も有たぬければならず、職業も覺えて居らんければなりませぬ、又お米や菜の葉は矢張り百姓の手で作つた物を食べるのでありますから、其恩返しは、矢張り人としてなさらなければならぬ、それが爲には皆さんは職業もお學ひにならなければならぬ、或は料理の道でも、或は花とか蝶とかを拵へる手細工でも何でも宜い、女のすることゝ云ふものは澤山あるのである、それは皆恩返しになさることであります、それより尙ほ大なる報恩は我我人民が斯く澤山に繁殖して居る所以は畢竟我々の祖先の女性が皆健全の子供の母となつて下さつたからでありましよう、その大報恩を今日の婦人も心懸けられて健全なる子孫を萬世に殘して戴かなければならぬ、其の點に關しては男は外に出てゝ金を取つたり米を作つたり、兵隊となつて外敵を防いたり致すのはつまり、この婦人の大報恩の下働きをする樣なものでありますから婦人の天職と任務は如何に重いことでありましようか、扨てさう致しまして良い丈夫な子供の阿母さんとなる爲には女は病氣をせぬやうになさらぬければならぬ、病氣をしますと其病氣直接に又は病氣になり易い性質は必ず子供に遺傳して行きます、如何なる性質と雖も遺傳しないことはない、下駄の穿き樣へらし樣迄子供と親とは似るものでありますから、女は心から體迄健全なる婦人となることが必要であります、それが爲にはどうしたら宜からうかと云ふと、先づ今日は身體の方に就いて御話致しますれば毎々私が申上げます通り御婦人方の方は姿勢卽ち腰と胸とをチャンとして戴かなければなりませぬ、それは背骨を眞直にしてチャンと胸を膨脹させて腹の方に力を張つて置く樣に、此前に私が腹式呼吸の話を致したと思ひますが背骨を眞直にせぬと內臟の位置がくづれる、胸を擴けぬと肺が萎縮するから下腹にチャンと力が入つて居らぬ

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

と血の巡りが宜くない、下腹にチャンと力を入れて置きますと肺の呼吸か良くなる、酸素の働か十分に能く行くやうになる、そこで私が此處に模型を持つて參りましたから是が何故下腹の力が必要であると云ふことをお目に掛けます「模型說明」尙詳細は「腹式呼吸の話」(本誌第二百五十七號)に讓る、其の外此の腹式呼吸で下腹の力を之を平生に養ひまするとと、妊娠の際には胎兒の發育は完全となり、子宮の位置が正しくなり、分娩の時には輕く濟むことでありますから、平生によく心懸けて練習を願ひます、又冷水摩擦、冷水浴、等も皮膚や內臟を强く致すことでありますから御苦勞でありますが前御話しました御報恩の意味で御奮發を願ひたいのであります。

○○○○婦人の覺悟　長いことをお話を致しましたが、私が今御注文申上げた此話は、極く拙でありますが能く皆さんが之をお忘れのないやうにして願ひたい、それで健康且つ完全なる日本國の後繼が出來、立派な學生が出來――又壯者も老人も亦丈夫で長壽することが出來ましたならば、是は國家の幸福と申すものでありませぬか、私が先に申上げた如く神田の通りを通つて參りますと、國民が如何にも勇ましく此秋の好天氣に步いて居る所を見ましたなら何の心配もないやうで皆さんも此處に結構なる日を送つて居られるのですが、唯此次の世をどうしやうと云ふことが私の心配になる所であります、男は國家を經營する、或は鉾を取つて戰に立ち、或は政治戰場に立つて此一國の政治を料理して行く者もあらうし、或は大學の講堂に立つて此日本國の學問、日本國の道德を維持して行く者もあらうし、或は一大工場に立つて幾萬馬力の機械を動かして、さうして恐ろしい生產力を作つて日本國を富ますと云ふ者もありませう、又或は鑛山の眞暗な穴の中に入つて、天然の地底にある所の寶を掘出して、我國の寶となさうとする者もあり、又或は海嶽の危險を冒して有無相通せんとする大商人もありませう、さう云ふ働ををするのは是は男の職分である、然らば女は如何なること

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

をして男に對して行きませうか、女が矢張り鉾を取つて戰に立ちませうか、是も亦六ケしいことではありませぬか、それなら又此間某新聞に獨逸の某大學の如き、一人の女の大學教授を出したと云ふやうな事がありましたが、其の眞似を致しましようか、之れも餘り結構なことではありません、若しも斯かる名聞に心を驅られて婦人が無理に學問をすることになるならば誰れが日本の稚な子を育てましようか、一人ならばよしと云ふものもあらうが、一人の高名は萬人の心を驅るのであります、特に今日の日本の少女の心は、新舊の文明の波にゆられて定りなくなつて居ります、誰か此の間に立つて一大不動の羅針盤たるものぞ、斯の如きは誠に此世には美しい手柄の樣でありますが、もう一歩進んで考へまするど身の毛の悚然やうなことであります、兎に角女は願くは誠に御氣の毒ですけれども名譽の外に立つて眞の務を行つて貰いたい、何時でも此名譽と云ふものは男が擔つて仕舞つて縱令どんな豪い方の御夫人でも名譽は家の御主人が負つて仕舞ひますのですから、私は誠にお氣の毒のやうに思ふのでありますが、併ながら女はどうかして現世に功を立てる積でなく心を大くして次の世にお立てになると斯う思つて戴きたい、即ち過ぎにし世の有樣を想ひ還すも、孔子樣もキリストも皆女ではない男である、又アレキサンダーでも、ナポオレンでも、西郷隆盛でも、皆男であります、さうすると女にはさう云ふ人がない、或時には情ないと思ひますけれども、翻つて考へて見まするど私は女の爲に大に誇るべきことであると思はれる、ナポレオンでも孔子樣でも皆阿母さんがあつて生れましたのですから、どうかして我は豪い人であると云ふことを此世にお望にならないで、我子を大くしてさうして豪い人になさる豪い人の阿母さんとなると云ふことを以て滿足して戴きたい、就ては私が御婦人に折入つて願はなければならぬことがある、それはどうかして此現世に立つて大に働かうと思召さずに、大に次の世に働いて下さると云ふ

此情の心を起して今日を經營して戴きたいと思ひます。

今神田の通りを通る時にも家の前に建つて居る大きな看板があつて誠に立派な金文字で何やら書かれて居ります、それは家を飾る爲であるけれども、家の内や椽の下を見ますると、其所に大なる大黒柱がある、重い土臺石が置かれてある、女の方は恰度彼の大黒柱や土臺石と同じである、其立派な家も此土臺石がなければ支えられぬ、さうして誰でも此家は立派だと言つて褒める人はありますが、彼の土臺石が立派だと言つて褒める人はないのである、併しながら彼の家は此土臺石がなければ立つて居らぬ、そこで誰が土臺石となつて下さるのでせうか、男を土臺石に、女を看板に上げませうか男を留守居に、女を兵隊に致しましようか、是も矢張り行かぬ、最も穩當なることは誠にお氣の毒の次第であるが、どうか大黒柱、土臺石となつて戴きたいのであります、私が聞きましたのに、三州岡崎の城の天井には一本の錫杖が祭つてあつたさうです、其錫杖は唯一本の木の杖である、それは話に聞くところに依ると、昔は大きな城を築くと云ふ時には彼の長良川の人柱と云ふ樣に人を犧牲にするのであつたので、人を生きた儘で城の下に、或は柱の下に埋め其人の念力で千代かけて城を支えて行くのださうです、それで其岡崎の城を築く時に犧牲になる人がない、種々心配をして朝夕評議をしたけれども、誰一人も犧牲になる人がなかつた、幾ら困ると言つても無理に唯の人を捕へてする譯にも行かない、所が或時年寄の坊さんが杖を曳いて「お願がございます、私も此年になつてもう生きたところで三年か五年しか生きられず、誠に生きた甲斐なく何も世の中に功は盡さなかつた、聞くところに依りますと、此お城の犧牲になる人がないと云ふことで御心配なさつてると云ふことですが、私はもう餘命も僅でありますから生埋になつて此御藩の爲め、御國の御役に立ちたいと思つて參りました次第でございます」と言つた。そこでそれで

是は今日大國民の健康と云ふことを說く爲め大國民は斯うあらなければならぬと云ふことを、特に此婦人衛生會の方々に向つて希望し、又之れが本會の唱導によつて國家長へに安寧ならんことを祈る譯であります、甚だ長い時間を費しまして、幾重にも御容赦を願ひます。

叢談

情の衛生

小寺顯二郎

花になく鶯、水にすむ蛙の聲をきけば、いきとしいけるもの、いづれか歌をよまざりける。

これは紀の貫之がものせりと云ふ古今和歌集の序文の中の詞であるが、實に鶯の囀るのも、蛙の鳴くのも、一種の歌に相違ない、歌を詠むと云ふのは情か

は甚だ可憐さうな次第ではあるが、外に人がないからそれぢやと云ふので、遂に犧牲にしたと云ふことである、其時に其翁さんが持つて來た錫杖が城の梁に掛けてあると云ふことを聞きました、誠に可哀想なことでありますが其考は中々好ましい考ではございませぬか、斯う云ふ人もなくてならぬのであります、一命を棄てゝ國家の土臺石となつたのであります。

斯う云ふやうに土臺石がなかつたら家が立たぬ譯でありますから誠に御氣の毒でありますが、どうか只世に働くと云ふことばかりでなく、次の世を經營すると云ふ考でやつて戴きたいと思ふ、女は此世に澤山な仕事がある、此外にも次の世に盡して貰ひたいと云ふ仕事は實に多くて〳〵堪らぬのでありますから、成べく女に取つてすべき仕事をなさつてさうして日本國の榮へ行くやうにして戴きたいと思ひます、それでこそ男の日本の男、女も日本の女でありましよう。

あるからのことである。但し今こゝに私の謂ふ所の情は、反射、感覺、知覺と云ふやうな神經の作用より觀念、情緒と云ふやうな心理的現象に至る迄一切を總稱して名けるので、『心ある人に見せばや……』とか『心なき身にも哀は……』とか云ふ、そのココロのことである。このココロは、生きとしいけるものいづれか有たざりけるで、蟲にも五分の魂と云ふ通り、その單純の反射作用より複雜極りなき情緒に至るまで幾段の階級はあるが、何れにしても何等かの刺戟があつて、それに由て起るものであると云ふ學問上の説明を眞とすれば、近頃の研究家が、植物は無論のこと無生物界にも、或一種の感覺能力があると唱へるのも、あながち虚言とは云はれない。實際顯微鏡に依て見ると、溫度、光線、電氣、化學的物質及び器械力等の刺戟に對して明かに感覺性を現はす所の植物細胞がある。しかのみならず最近の發見に依れば、實に面白い現象を認めることが出來たのである。それは何う云ふことかと云ふに、人工的に一種のコルロイドのやうな軟かい金屬を製したのであるが、これが刺戟に對して直接感覺性を示すと云ふことである。乃はちこの金屬は運動をする、而して恰も人間の筋肉に於けるが如く餘り運動を續ければ、矢張疲勞して來るのである。尙ほ人體を痲痺させたり殺したりする所の毒に由て、この金屬は痙攣を起したり痲痺を來したりして、解毒劑を與へればそれか癒るが、強い毒に由ては、全く總ての運動が死んでしまふのである。これは甚だ奇怪なやうであるが、眞實のことで、何時でも實驗して見ることが出來ることである。

其他種々面白い例もあるが、兎に角、植物のみならず、無生物にさへこの通り一種情の萌芽とも見るべきものがあるのであるから、況して人間に於ては其情は實に複雜な高等の發達をなして居るのである。

さていよ／＼本題に這入つて情の衞生を述ぶるに當り、尙一言すべきことは、前にも云ふ通り、何も情と云ふものゝ起るのには、必ずそこに何等かの刺戟

が無ければならぬ、卽ち溫度であるとか、光線であるとか、又化學的の刺戟であるとか云ふものが最初にある、それに由て熱いとか冷たいとか、痛いとか痒いとか、又は甘いとか辛いとか云ふ感覺を生じ、斯樣な簡單な感覺が、種々に結付いて一種の觀念となり、記憶、經驗を重ねて漸次複雜なる情に成るので、そこで惜しい、欲しい、憎い、可愛い、飮みたい、食べたい。扨ては怖い、恐ろしい、苦しい、辛らいと云ふやうな、所謂苦痛、快樂を伴ふ所の情慾が發生するのである。

元來人間の身體は、最初唯一個の細胞が分かれに分かれ、殖えに殖えて組織をなし、器官をなして斯樣な身體に成るのであつて、何れの細胞、何れの組織何れの器管と雖も、多少この情を成し、この情を保つに與からぬものは無いが、殊に直接關係のあるものは腦、脊髓及びこれより發して居る所の神經である。

今假に人體を家々に附けてある彼の電燈の網に譬ふるならば、皮膚、筋肉は、その導線を纏いて居る所の麻絲で、神經系統は卽ち其中を通じて居る針金で、情はこれに依て光を發する所の電氣そのものである。

この裝置が完全であるならば、實に安心なもので、暗夜の明燈、その便益は到底ランプなどの及ぶ所ではないが、併し若しその導線を纏いて絕緣して居る所の麻絲が、種々の事に依つて脆くなつたり、亂暴に使はれて擦切れたりする場合には、忽ち發火して家を燒拂ひ、少なくともそれに觸るゝものは激しく感電して倒れると云ふやうなことに立至る。尙ほその中を通つて居る所の導線が、銹び腐つて居れば、如何に大きな發電所で、如何に精巧な電燈であつても光明を發しない。

人の身體もその通り、非衞生的の生活をし、不養生不攝生を重ぬる時は、危險を免れない。卽ち種々の疾病に侵され、或は神經衰弱、ヒポコンドリー、ヒステリーなどゝ云ふ症狀を呈し、情の表はれ方が

遂つて來る果ては自身の爲にも他人の爲にも恐るべき厄介な眞の精神病患者ともなるのである。男女とも所謂年頃になれば、その身體は實に目覺しい發育をするのであるが、此際特に女子は大に衛生上の注意を要するのである。教育家や醫師の云ふ所を以て見れば、女子に衛生思想の缺乏して居る結果、往往自ら計らざる禍を招くと云ふことは事實で、殊に都會の子女に於て然るを見るのである。

若き婦人の精神身體は、發育盛の時は、強き刺戟を避けなければならぬ、總て過度の興奮は、その神經を害するものである。さなくとも大都會に於ては、馬車、電車、また自働車などのけたゝましき響、目の眩むやうな電燈、瓦斯燈の烈しき光、むせかへるやうな煤煙、塵埃、工場其他より發する種々の有害瓦斯、此等のものが總ての道路、總ての空氣に飛揚し沈澱して居る。何れも眼、耳、腦に有害ならざるはない。且つ大都會にあつては、感情の刺戟は、田舍に較ぶれば非常に烈しいのである。

當今の文明人は、無論働かなければならぬが、又一方に於ては十分休息することを要するのである。此の世智辛き時代に於て、何と思ふても身心休養の暇なしと云ふ嘆息は、實に止むを得ざることゝするも、未だ親兄弟に養はれて、專ら學校の課程にいそしめば足りる時代の青年男女が、その方は等閑にして却て妄りにその神經を刺戟する事を求めて必要なる休養の時を妨ぐるは眞に歎かはしいことである。

第一不良の小說雜誌、寄席芝居、其他種々樣々の如何はしき誘惑的の物が多いが、何れも青年子女の智德を害することが少くない、此に由て多少要らざる智識や、消極的の道德を覺え込むことが有つても、その健康、就中神經系統を攪亂することは甚しい、これが爲に自然墮落をしたり、自殺をしたりするやうなものも生ずる、これがその不健全の證據である。眞理と眞正の美を愛する所の我邦の青年女子は、決してその生涯のプログラム中に斯樣な醜惡なるものを入れてはならぬ。此他に幾らも高尙にして有益な

る事で、その身心を養ふに足ることがある。

凡て青年子女に向ては、衛生を度外視した、下劣なる五官の刺戟を與ふることは大禁物である、勉めて過度の刺戟興奮を避け、可成沈着にして快濶なる衛生的學術的の方法に依て、その燃えむとする危險の情燃を制し、高尚優雅の生活に導かなければならぬ。今日は實は其の一方法としての所謂エステチッシエ、ギムナスチック(美的操練法)に就て一寸紹介し度いと思ふて此題を掲げたのであつたが、餘り前置ばかり長くなつてしまつたので、それは改めて申述ぶることゝし、今日はこの取止めもなき贅語を以て其責をふさぐことゝして潔く次第である。

眼の保養

人が終日歩くとか、朝から晩まで手や頭を使ふ仕事を致しますときには、夜に入つては、その手足、頭は、朝の元氣に似もやらず非常に疲勞して、殆ど何事も爲すに堪へざる有樣となります。眼とても身體の一部、殊に重要の働をなす所の器官でありまして、常に物を視て働かなければならぬ、蒲團の上に坐つて懐手して居る閑人でも、その眼は殆ど朝から晩に至るまで多少働かなければならぬのでありますから、本より疲勞せぬと云ふ譯には參りません。併しこれを手足に較べて見ると大分違ひます。

眼は斯の如く物を視て、朝目を醒すより夜牀に就くまで、凡そ十五六時間と云ふものは絶えず、それからそれと物を眺めるのでありますが、晩になつても別に朝より物の視えが惡くなると云ふこともないのであります。そも〳〵これは如何なる譯でありませう。これは實に造化の巧妙なる所であつて、眼の働きには、自ら其間に於て休息恢復の仕掛が出來て居るのであります。即ち眼球を靜に動かし、又瞬目することが、大に視力の疲勞を防ぎこれを、恢復する效能があるので御座います。

吾々が書物を讀む時にも、文字を書く時にも、眼球

は絶えず視瞻に伴ふてそれからそれと彼方此方に瞬に運動致して居るのでありますが、これが非常に宜しいのである。眼球には六本の綱、即ち眼筋が附著して居りまして、その一二のものが收縮する時には眼はその方向に向ひ、これに對する一二の眼筋は延び、其他のものは休むと云ふ譯で、これも強く殊更に努めて運動を致しますれば、眼筋は忽ち疲勞致しますけれども、普通物を視る場合には極めて徐かに一定程の範圍で運動をしますので、これが恰も自然に眼球全體に按摩を施すことになるのであります。一體身體の或部分を極靜に頻回動かしますことは、其部分の血液、淋巴液などの流を促がしますから、疲勞物質と云ふやうな自然に生ずる所の有害產物を速に除き、榮養物質を取る働を進めるものであります、疲れた時に按摩を行ふて甚だ快く、その疲勞が恢復すると云ふのは、全く此理に由るのであります。只今申しました眼球の運動、即ち自然に物を視る際に絶えず四方八方に徐ろに動くことは矢張、眼の爲に斯樣な效能があるのであります。單に左右上下に動くのみならず、近い所にある物を視る時と、又遠い所にある物を視る時とに依て、眼は不隨意的に種々の位置を取り、樣々の細やかな働を致しますが、これも同樣の效があります、それで久しい間讀んだり書いたりした後に、窓を開いて遠く眺めることは大に眼の爲に宜しいことでありまして、疲勞を恢復する效能があるものであります。尚又靜に穩やかなる色彩をして居る面、例へば翠滴らんとする森林綠野を眺むることは、眼の爲めには頗る良いことであつて、その保養の效果は一層大なるものであります。

次に瞬目運動、所謂マバタキと云ふことが亦眼の爲に至極大切なるものでありまして、これに依て外から來る處の危害を防ぐことが大したものであります。極小さな蟲や塵塊が眼の前に飛で來ても、非常に迅速に眼を閉ぢ、眼の害になるやうな強い光に出逢ふ時にも忽ち眼を塞ぐのでありますが、斯樣な特

別の場合でなくとも、不斷マバタキをして眼球の表面を潤ほし、塵埃の掃除をするのであります。若し或病氣の爲に眼瞼が麻痺して瞬目が出來なくなるか、或は試驗的にこの運動が出來ないやうに致しますならば、忽ち眼に種々の病氣が起つて參ります、即ち塵埃が這入りますから結膜炎と云ふて、眼瞼の裏又は白目の部分が赤くなつて來ますが、それのみならず大事の黒目が乾燥し、塵埃が著き、はては創が出來て參ります、これを以て見ても、何でもないやうなこの瞬目運動が如何に大切なことであるかゞ分ります。

單にそれのみではない、この瞬目運動は、網膜と申して眼球の底、即ち內側にある所の幽微なる膜で、吾々が物を視る時に何でも其所に物の像が映る所の膜、丁度寫眞の種板に相當する所の膜であへますが、その貴重なる網膜の血液、組織液の新陳代謝に大關係がありまして、つまりこれを促がすものであります。比較的僅かの間瞬目をせずに居りましても眼の働きは、速かに著るしく弱るものであります。試みに書物を開いて、その一字の上に目を止めて、決して瞬目をせずに、しつかり凝視て御覽なさい、暫時にして書物の全面が朦朧として、文字が皆浮いて亂れて分からぬやうになり、非常に不快を覺えます、此時に數回瞬目を致しますと再び霞が取れて明瞭して來るのであります。

斯樣に一見、除り必要とも思はれぬ運動が、眼の血液、榮養液の循環を助けて、絶えず速かに、その不必要有害の物を除き、必要有益の物質を導きまして、その爲に網膜も絶えず新に元氣を養はれますから、それで殆ど疲れることもなく終日その働を續けることが出來るのであります。

併しそれでも、學者、事務員、文章家、又は裁縫師と云ふ如き、烈しく眼を使ふ人々になれば、勿論この眼球自然の保養恢復法だけでは不十分である。此種の職業に從事する人は、この貴重の器官の爲に、多少特別に保養することを心掛けなければなりま

せん。
眼の養生法も委しく申せば、隨分色々の注意がありますけれども、こゝには何人も常に實行し得る簡單な心得を一言申上げて置きます。先づ第一に、總て上ぼせること、即ち頭部に血液の鬱積せることを可成避けなければなりません、それですから便祕しないやうに、又強く帶をしめたり、狹いカラーを掛けたりすることを避けなければなりません。次には偶日暫くの間眼を休ませる。これは特別に眼を閉ぢて居なくとも、散歩をしながら遠方を眺めれば、前に申したやうな理由からして、眼を休め疲勞を恢復することになるのであります、但し此際多數の人がなさるやうに、地面を眺めずに、頭を眞直にして遠方を眺めることであります。
それから讀書をして眼が痛くなつたり霞んだりして來ました時には、眼に強壯浴を施せば、容易にこれを除くことが出來ます。即ち金盥に冷水を充たしまして、輕く眼を閉ぢて、餘り堅く眼を緊めないやうにして十秒か二十秒間位、顔をなるべく耳際の邊まで浸すのであります。而して幾度もこれを反復へす。それから淺つさり顔を拭乾かし、眼の部分はそのまゝにして置くのであります。
右の簡單なる保養法に依て、元來惡くない眼は長くその視力を保ち、弱い眼は又これに依て強くなるのであります。

香は邪氣を掃ふか

そも〳〵人間が此世に生れ出る時に、先づ第一に著るいし働は何かと云ふと呼吸を營むことで、それが號泣ぶことに由て眞正の呼吸運動となるのである。而して再びその最後の氣息を引取るまで一生の間を通じて、人間の眞の生活要素となるものは空氣である。兎に角生存して居ると云ふのには、誰も彼も起きて居る時も眠つて居る間も、絶えず呼吸をしなければならぬ。故意に或は何かの事情に依て斷食する

際には、食物を取らずとも一ヶ月位は生きて居れる、全く水も飲まずに居れば、これよりも早く死ぬけれども、尚ほ二三日は確かに生きて居れる。併し空氣を吸はずには二三分より長くは迚も保つことが出來ないのである。

斯様に空氣は大切なものであるが、この空氣にも良惡種々の差異がある。最も良いのは何時も野外の空氣で、吾々の住居の内の空氣はこれよりも遙に不良である、殊に今頃の寒い時節に戸や窓を閉込んで置く時には一層善くない。室を閉ぢて置く場合には、人の呼吸や身體の發散物に由て空氣が汚れるのみならず、火鉢、ストーブ、ランプ、瓦斯等種々の暖室、照光法の爲に空氣が惡くなる。これは斯様な換氣の惡い室、特に西洋室に外から這入つて來るならば、直ちにその室内の空氣の良くないことに氣がつく、卽ち一種厭な不快な臭がする、この意味から云ふと、鼻は健康の護衛兵と云ふてよい。

それで最初から室内に居るものは分からない、或は餘り氣にならないが、外から這入つて來た者が、いやどうもこの室は非常に臭い、何だか厭な臭がすると云ふと、直ちに窓を開けて、外の良い新しい空氣を十分に入れるかと思ひの外、左様で御座るか、然らばこゝに善いものが御座るなどゝ香を焚いたり、香水を撒いたりして嗅官の不快を沈め、否ごまかして風流がるやうな人がある。併しこれでは決して空氣が清潔にもならなければ良くもならない、只烈しい他の臭に由て不良の臭氣を被ふまでのことであつて、前の空氣の成分、就中有毒の炭酸瓦斯などは增すとも減じはしないのである。昔ある醫者は痛がらせずに齒を拔く法を案出した。それは如何云ふ妙法かと云ふに、齒を拔いて患者が痛いと叫ぶ間もあらせず、いきなり横顔を毆るのである。さうすると此の新しい別種の痛に由て齒の方の痛は餘り感じないと云ふのである。香や香水で不良の空氣をごまかすのも此と同様のことで、聖人が紫の朱を奪ふを惡むと云はれたもこゝの所である。

昔から不淨があるとか、死人があるか、さなくとも何か氣になる事がある場合に、邪氣を拂ふと云ふ場合へから香を焚く。或は護摩を焚く。ゴマと云ふは梵語で火を焚いて佛に祈り、一切の禍を燒き盡す祭のことで、不動樣などでは盛に煙を立てるが、なるほど妙香の薰ずる一室に神氣を澄まし、或は抹香線香を盛に燻し、聲を枯うして熱心に御經の捧讀をしたならば、精神の不淨を拂ひ、心の汚穢煩惱を除く效があるかも知れぬ、併しこれに由て物質的の不潔をも清め得ると思ふのは間違である。斯樣なものに依て一層空氣を不良にする迄のことで、寧ろ戸障子を開放せなければとても堪へぬ程燻したならば宜しいかも知らぬがその位ならば硫黄やフォルマリン蒸氣を起してれば室内の消毒にはなる。要するに香爐に依て室内の所謂邪氣を掃はむとするは、恰も盗賊に依て攫徒を逐はむとするが如きもので、僅かに惡臭の鼻を衝くのを胡魔化し得るが、少しもその毒を消すのではなく、反てこれを増すのである、惡い空氣を良くするのには、只新しい空氣と取換へるより外に仕方はないのである。

然れば苟も健康を欲する人は、香料又は香水などを以て、肺を犧牲にしてその鼻を欺くことをなさず、常に眞正の肺の食物、人間生命の錬金藥たる新鮮にして清潔なる外氣を、窓を廣く開放して迎入れなければならぬ。爽快、健康及び快潤は卽ちその賜である。空氣の貴きを知る、人々に一言す。

インフルエンザの話

インフルエンザと云ふ病名は、今日は誰でも知つて居る、現に昨今も東京で大分流行して居るやうでありますが、これが明治二十二年の冬から二十三年の春へかけて大流行をした、その時から始めて我邦でインフルエンザと云ふ病名が稱へられたのであります。併しこの病は明治になつてから始めて起つたものかと申すと、さうではない、遥に溯つて平

安朝時代に流行して咳疫、又は咳逆疫、鎌倉時代の咳病、何れもこのインフルエンツアであつたらうと思はれる形跡があるのでありますが、徳川時代になつてからは盛に流行し流、屢々日本全國に亙つて大流行を來したのであります。こゝに面白いことは、洋の東西を問はず、斯樣な病氣の大流行を來す際には、何時でも俗謠にこれが表はれる、單に俗謠のみではない、演劇、小說、あらゆる文藝の上に表はれ、又反對に其當時流行の歌や芝居の呼物となつたものゝ名がこんどは其時の流行病の名に負はされることであります。今二ツ三ツこゝにその例を擧げて見ますと、

丁度今から百三十五年程前、安永五年の二月頃に風邪が江戸に流行したことがありまして、其時にはこれを●お駒風●と稱したのであります。これは其頃城木屋お駒と云ふ女を主人公にして作つた淨瑠璃が行はれたので、誰云ふとなくその時の流行性感冒をお駒風と云ふやうになつたのであります。此時は西洋でも、お駒風とは云はなかつたでせうが、矢張英吉利斯及び佛蘭西に流行した。

それから天明年間の流行にはこれを●谷風●と云ふた、谷風は御承知の名高い相撲で、これには誰でも負けたものと見えます。併しこの時の感冒を谷風と云ふた譯を聞いて見ますと、曲亭馬琴は斯う申して居ります。谷風梶之助は當時無雙の取手であつたから、無論これに勝つものは稀である、それに谷風が或時傲言して、とても土俵の上でわれを倒すことは六ケしい、若し臥た所を見やうと思ふなら、風をひいた時にでも來て見るがよい、と云ふやうなことを言ふたので、これが世間の話柄になつて居る折、丁度谷風がまづ先に件の風をひいたと云ふので、それから此時の風を谷風とは云ふたのであると申して居ります。餘程流行したものと見えまして、左の如き四方山人の述風神狂詩なども有ります。

引道此風號谷風、闘々撲咳響東西、惡寒發熱人無色、煎樣常如鼓有功、一片生姜和

酒飲ニ半丁豆腐ヲ入湯ニ容。送君四里四方外。千壽品川間屋中。

次は寛政七年の猪狩風、これは又どうして猪狩風と云ふたかと申しますと、此年の三月に時の將軍家齊公が小金原に狩をされた、其後に流行つたので、これを猪狩風とは名づけたのであります。

又享和元年の冬から二年の春にかけての流行は大分烈しいもので、これは單純の流行性感冒ではなかつたやうである、今日謂ふ所の「ルベオラ」即ち風疹なども、混じつて居たやうに思はれますが、これは和蘭人から傳播したとも云ひ、兎に角西國の方から初まつて來たからでありませう薩摩風と云ふ名がついて居ります。

右の薩摩風の續きでありませうか、文化元年にも矢張風邪がはやりまして、この時はお七風と申しました、これは彼の八百屋お七の芝居や小唄が流行したからで御座います。同じく文化五年の秋にも感冒大流行で、これはチンコロ節と云ふ名をつけられた。これはどうして出來た名かと尋ねて見ますと、その前年即ち文化四年の冬より翌年の春夏の頃まで、チンコロ節と云ふ唄がはやつた、これは

わしがわかいときや、おかめといふたがのんころ、
今は庄屋さんの子守する、ねん／＼ころ／＼ねんころり。

と歌つたのださうでありまして、それからチンコロ風と云ふ病名がつき、八九月の頃より非常に流行して誰も彼も罹らぬものは無いと云ふ程の流行、英吉利斯や亞米利加邊でも流行して、皆ねん／＼ころりの止むを得ざるに至つたので、そこで又かう云ふ狂歌もありました。

はやり風無常の風もまじりけり
ねん／＼ころり用心をせよ

實際これが爲に間々死亡したものもあつたので御座います。

その後殆んど何れの年代にも風邪の流行がありましたが、その中で文政四年の江戸の風邪は頗る劇烈で、

これは京、大阪の方から始まつて、安房、上總、甲斐、伊豆、又信濃、越後の方までも流行したのであります。此時も例の如く風に名がついた、即ちタン●●ホ風と呼ばれたのであります。これには種々の說もありますけれども、兎に角其頃タンホサンヤ〱と云ふ節がはやつた所から斯樣な名がついたのであります。何者の作つたのか知りませんが、其頃次のやうな面白い狂歌が出來て居ります。

みやこから乘せてくるまのたんは風
　ひくものもありおすものもあり

なか〱うまく出來て居る。これに依て見ると、此の感冒は京の方から傳播して來たものである、ひくものもあり、おすものもあり、即ち感染するものと、傳染せしむるものとがある、所謂傳染性の疾患であると云ふことが十分に云ひ廻はされて居ります。其後天保になつてから、又琉球●●風と云ふのがはやりました。此時も殆んど全國にわたつて流行したのであります。それより嘉永、安政、萬延、文久、慶應と何の時代にも多少感冒の流行を見ましたが、餘り面白い名の附く程烈しくはなかつたものと見えます。

右に擧げた中にも、谷風、お七風、ねんころ風などは殊に烈しかつたのでありますが、但しこれらの風邪は果して今日の流行性感冒即ちインフルエンツアであつたかどうかと云ふことは餘り確でない、他の傳染病も混じつて居ることゝ思はれる、併しこの各流行の年代を外國に於けるインフルエンザ流行の年代と對照して見ると、略ぼ同時に相前後して流行して居るのであります。

以上は我邦に於て昔からインフルエンツア若しくはこれに類似の病氣が流行したことがあると云ふ例證を擧げただけでありますが、これよりインフルエンツアと云ふ病氣そのものに就て少しく御話を致します。

インフルエンツア即ち流行性感冒と云ふものは、一種の黴菌、やかましく云へば黴菌と云ふては宜しく

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

ないが、何人にも解かり易いやうに俗稱に從つて黴く黴菌と申して置きますが、一種のインフルエンツア菌と云ふ小さな黴菌に由て起る所の傳染病で、前に歴史の所で例を擧げたやうに、一地方又は全國に渉つて蔓延する。所謂流行病をなすもので御座います。

インフルエンツアに罹れば如何なる病状を呈するかと申しますと、矢張り他の傳染病と同じく、黴菌が身體に巣くうてから、これはやられたと氣がつく迄の間、全く或は殆ど何ともない、所謂潜伏期と云ふものがありますが、これは何日間位か確かな所は分かりません。黴菌どもが身體の内に侵入して、私に陰謀を企て、戰鬪の準備も出來て、いよ／＼旗揚をすると云ふことになりますと、吾々は何やう氣分が惡い、さあ惡寒がする。さうかうする間に賊軍は火を放つて、吾等の身體は三十九度乃至四十度と云ふやうな高熱を發する。これは大變と思ふうちに、弓か鐵砲か、額の眞中、眉間の邊に、一種不快な頭痛を起し、棍棒か鐵の棒で毆られると云ふては大袈裟かも知れませんが、脊中や腰の邊が痛み、身體が惰るく大儀になる。此時に當つて醫師の處方のまゝに。適當有力の解熱劑とか鎮痛劑とか云ふやうな援兵が來て、幸に賊の放つた火を揉み消し、武器をかなぐり取つてしまへば、兩三日にして、身體生理の秩序が恢復されますけれども、時と場合とに依ては、賊勢ます／＼猖獗にして、更に軍を進めて或は呼吸器を侵し、或は消化器を襲ひ、又は神經系統を衝くのでありまして、これに由て氣管枝性インフルエンツア、胃腸性インフルエンツア、神經性インフルエンツアなどゝ云ふ區別を立てますが、要するにその流行時の賊兵の性質及び、戰鬪状況に由るのであります。

その主として呼吸器を侵す場合には、何んな風に來るかと申しますと、先づ鼻腔と云ふ步哨小屋を襲ふので、步哨に立つて居る鼻腔粘膜は頻りに小銃を放つ、即ち盛に噴嚔が出ます。それより咽頭、喉頭、

氣管、氣管枝と云ふやうに漸次奥の陣へと攻め入るので、咳嗽の喇叭を吹き鳴らし、痰の爆彈を投げ出して應戰致しますが、こゝに喰ひ止め兼ねると、やがては本陣の肺臟に火がついて所謂肺炎となるので、これを何とかして消し止めなければ遂には滅亡の止むなきに至るのであります。實際インフルエンツアに罹つて死亡するのは大概この肺炎に由るのでありまして、特に老人にあつては油斷がなりません。

次に胃腸と云ふ兵站部を主に目掛けて襲擊して來る場合がありまして、此時には胸が惡くなる、嘔吐く、下痢すと云ふ風で、胃腸の炊事場は大混亂を來し、其内の兵隊は痛手を負ふて、胃痙攣、腸疝痛と云ふやうな慘憺たる修羅場の狀況を呈し、全く食慾が無くなつて、兵糧も續かなくなると云ふ有樣、皆顔色を變へて往々黃疸を發することもあるのであります。

第三に神經性のインフルエンツア、これは神經系統と云ふ電信隊を襲ふて來るのでありまして、電線の交叉して居る所、又は長距離架設の部分、即ち腰や肢脚などに漏電して痛みが起る、尚ほこれは直ちに大本營たる腦を侵襲して參りますので、幕僚は目をまわして頭痛、眩暈を起し、耳も遠くなり、更に激戰となつて本營に火がつく程憤濫が昇れば、元帥も煙に卷かれて精神朦朧、號令が亂れて所謂譫妄に陷ることになります。

敵軍の攻擊法は主としてこの三通りでありますけれども、戰は臨機應變で、必ずしもその一つの型に依るものではありません、場合に依つては、整々堂々と呼吸器の表門より攻めて來て居る間に、一部の敵兵は胃腸の炊事場に潜り込んで騷がし、又は直ちに拔駈をして腦の本丸に切込むと云ふ譯であります。

即ち呼吸器性、胃腸性及び神經性のインフルエンツアが交互にその症狀を現はし或は一時に混合して、往々窒扶斯と誤るやうなこともあるのであります。

インフルエンツアは、その流行の時々に依つて重いことも輕いこともありますが、平らに行けば大概一

週間か二週間で治癒るものでありますけれども、屢〻その途中で肺炎又は腎臓炎等の餘病を起し、殊に老人小兒を危險に陷入れることがあり、或は中耳炎、脳膜炎などを誘起すことがありまするし、尚ほ本病恢復の後に肺結核や、神經衰弱症などを殘すことがありますから、決して油斷の出來ぬ病氣であります。流行時に際して、これに罹らぬやうに、卽ち豫防するのには、先づ可成インフルエンザに罹つて居る人に近づかぬことが肝要であるけれども、此の黴菌は何からでも傳染して來ますから豫防すると云ふことは甚だ六ケしいのであります。若しこれに罹つたならば、止むを得ぬ、決して我慢をせずに、直に床に就て醫師の診察治療に任すのが一番である。下手に賣藥を自分で應用すると、能く近頃新聞に見えるやうアンチピリ、或はアンチヘブリンの中毒と云ふやうなことが起るのであります。

松竹梅（承前）

醫學士 藥學士　高橋學而

梅

その一、花の香

弘法大師空海の御作、諸行無常のいろは歌を、手習の御手本にする様になつたのは、割合に後の世の事で、昔は難波津の歌、淺香山の歌を稚兒の手ほどきに習はせたと申します。古今集の序文に、「このふた歌は、歌の父はゝの様にてぞ、手習ふ人の始にもしける」と出てをります。

難波津にさくやこの花冬ごもり
　今を春べとさくや此の花

難波の高津の宮に天の下治しめし給ふた天皇の御仁德を稱へまつりし、西の文部の博士が國風の頌を獻上した以來、歌にも文章にも、梅の花、梅が香は、たえずもてはやされた者でございます。

唐土では――、尤も梅の樹は、大昔は我國になかつ

たと申す。有史時代の初めに、三韓か支那から渡來した者だそうですから、いはゞ其故郷の支那で、梅の花を稱美するのは固より自然の事です。

美しい花も數々ある中の良い花も澤山ある。

「花の香は梅、臘梅、うばら華、花たちばなは名にこそ負いたれ、櫻のかをり世にきゝ知りたる人もなし、秋にかすむ春雨の頃、月朧の夕べ、星一つ消えなんとする曉の空などに、あるにもあらぬ氣吹の如、又淡く匂ふなり。蓮の花汀に咲けば南風白ら殿內に生じ、幽蘭の谷間にほゝえめば、山賊の衣も春の裝となりぬ。朴の花は匂強く、木犀は姿劣れり。鈴蘭、菫々桊、沈丁華、素馨の花……」

數え立てると隨分切りがない程ですが、矢つぱり梅の匂が一番良いかと思ひます。

その二、エステル

花の馨は、其蕊又は密柑などに含まれて居る、揮發性の油類、卽有機化學者が、エステルと總稱する一種物質に因するので、人工の香油、香料も、化學上は矢張り主として、エステル屬の物質です。

澱粉や又は糖分の、醱酵して或は酒となり、若くは酢となる時は、同時に微量のエステル類が出來る。之が酢や酒に風味を與へる主な者で、醋酸と、砂糖と、水とを交せて作つた人造酢や、又はアルコール、と水とを配合した混成酒などに、芳香を缺いたり、風味が無かつたりするのは、全く其エステル類を含まないからです。其證據には人造の醋でも、此中へ極小量の醋酸エーテル（藥屋で賣つて居るエステルの一種です）を入れると、殆ど醸造した者にもまさる様な香味となり、又づるい酒屋で作る混成酒には、種々のエステルなどを上手に混せて、殆ど麹から造つた原酒と、吞みわけのつかない樣に致します。更飲食物の香味をそへるエステルは、今申す通の甚だ小量でありますが、花の馨となる者の方は、更に更に極めて微量である。例へば二三滴の梅の香油、卽ち、其エステルを得やうとするには、幾十萬の梅の

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

花を集めなければならぬ。だから一つの花に含まれて居る分量は、迚も眼に見えたり、指頭で觸つたりの出來る程ぢやありません。

此微纖の量の内で、又その一部が揮發して蒸氣となつて、四圍の空氣中に擴がる。此空氣の中の又極めて小部分丈が、吾々の鼻腔へ這入るのですから、實際、嗅感器に觸れて嗅覺を惹起すエステルの分量は、迚も御話にもならない位の僅少なんです。

云ひ換へれば、エステル類は一般に香氣が高い中にも、殊に極の香油は、非常に其勢が強いと云ふ事になり、又人の嗅覺が、頗るよし發達して居て、眼に見えぬ程の僅な者でも、場合に依つては、嗅ぎわけ得るといふ事にもなります。

その三、五感

嗅覺は、匂のある物質が、一部分發揮して瓦斯狀になつて、空氣に混じて、呼吸氣と共に鼻へやつて來て、其所で嗅神經の末端に直接に觸れて、一種の化學作用を營む爲に生じ、味覺は飲食物の一部分が、唾液又は其他の液體中に含まれる水分に溶けて、水溶液の形で、味覺神經を刺戟するが爲に生ずるのあります。音聲を聞くのは、發音體の振動が空氣に傳はつて、空氣の波動が、更に外耳の鼓膜を振動させて、此所から次第に内耳の聽神經まで傳播するので、色形を見わけるのは、物體から發する光線が、眼底にある網膜に寫眞をうつし、その爲に視神經が刺戟を受けるのです。

視、聽、嗅、味の感覺と、皮膚の感覺とを併せて五感と云ひ、皮ふの感覺には、更に觸覺、痛覺、溫感、冷感などを區別致しますが、人間の體軀に備はつて居る感覺は、以上の外にまだ殆ど數え切れない程澤山の種類が御座います。

例へば渴の感じは、舌根部、咽喉部に來て居る舌咽頭神經が司り、飢の感じは、胃に配布して居る迷走神經が司る。筋肉には、そて緊縮の程度を知る感覺疲勞を覺える感覺などがあり、骨さへ、位置の感覺關節の感覺などが備はつてをります。

其外で眠いといふ感覺、痛いといふ感覺の五體の鈍合をさとる感覺など、種々雜多な感覺があつて、我は特別に夫を司る機關を持つた者もあり、又は何處となく心身全體の感じで、特別の機關のないのもあります。近來は「時間の觀念、空間の觀念さへも、本は感覺から發達して來た者で、現に人間の體中には時間や空間を感ずる特別の裝置が備はつて居る」といふ學者さへもある位です。

その四、感覺、經驗、知惠

知惠と申すと、普通は唯心の働き、殊に思慮分別の事をさしていひますが、此所では極く廣い意味で、心の働きでも手足、肉體の働きでも、凡て人間の能力をば總稱して知惠と呼んで置きます。其知惠は、もと／＼はみんな經驗から得た者だといふ。――之は今から二百年計り前、初めて英國の學者ロック先生が唱へ出した説であらう。――そして又其經驗は、亦すべて感覺をもとと致した者だといふ。即つまる所は、人類のあらゆる精神的能力は、感覺から發達した者にすぎないと申すのです。いや人間計りでない、凡ての動物の能力も、矢張り、感覺が重なり重つて經驗となり、經驗が積もりつもつて、知惠になつたのだそうです。

勿論人間でも、動物でも、一代の感覺や經驗が重なつて、今丈の知惠を生んだのではない。過去幾十萬年の間の、代々の祖先の仕事が重疊して、遺傳の法則に依つて、子孫に傳はり傳はつて、とう／＼現今の樣な知能をば造つてくれたのです。

こういふ風に考へると、色々な現象が大きにわかりよくなる。例へば本能と申して、生物は、誰に敎へて貰はんでも、生れ乍らにして持つて居る能力がある。――赤ん坊は誰が敎えず共、乳頭を否の夫で呑いで乳をのむ。此本能は大人になると却て忘れてしまいます。蜘蛛の兒は、生れ乍らにして極めて巧妙な網を張る事を心得てをる。杜鵑の兒は、――ほとときすの親は實際わが其子を、鶯の巢の中へ生み落して置くのです。杜鵑の方が、鶯に比べては身體が

倍も大きく、見た所も見苦しいですが、鶯卵と殆ど見分けの付かない程、可愛らしい、美しい卵を生む種類もあるさうです。その卵をば何も知らぬ親鶯が、夜も晝も暖める、その御影で孵化した杜鵑の兒は、卵から出ると間もなく、また自分の眼も開かぬ内に、眞實の鶯の兒を巣からつゝき落して、自分獨りで親鳥の運ぶ餌に飽くのです。鶯の兒は勿論死んで仕舞つて、杜鵑の兒は、巣立が出來るのを最後に、もう一生一度も養ひ親の所へは歸らないさうです。

かやうな赤ん坊や、くもや、但しは杜鵑の兒の本能も、その祖先が永年の經驗に依つて得た者を、子孫に遺傳したと考へれば、（尤も進化論では、此所へ生存競爭、自然陶汰の理法も併せ考へるのですが、）大きに不可思議の點が減却致します。

その五、遺傳

我々が明晰な頭腦を持て生れたのは、祖先に怜悧な人のあつた御陰で、祖先に怜悧な人のあつたのは、其父祖先が、數多くの經驗をつんだ結果である。然

難汝を玉にすといふ格言は、汝及び汝の後裔を玉にすと改めても良い位です。

同様に我々が高尚な品格を備えて居るのも、決して自分一人の手柄ではない。矢つ張り先祖の人達が、たえずいやしい心掛を除き、さもしい了見をやめて下すつた、賜であると云はなければなりません。

之に反して、子供を持つた親々は、若し子供に行届かぬ節があれば、之は自分の心行きが足らぬ故ではなからうかと、自を顧る事が必要と思ひます。人を教え導く人、人を叱りいましめる役人なども、此所の所はよく／＼考へて貰はなければならぬ。不能の子弟が、自分獨りの缺點で不出來なのでもなく、又罪の兒が、自分の心から計りで、惡事をするのでもない。勿論人々自己の足らはぬ所、よくない所を作爲する點もありましやうが、又祖先代々の不能、不德が兒に傳はつて、所謂親の因果が兒に報ゐたといふ點も、存外澤山あるでしやう。之等には十分の同情を持て、處置してやらなければ非道いと思はれ

ます。

その六、マハ先生、カント先生

春の夜の暗はあやなし梅の花
色こそ見えね香やはかくる　躬恒

凡ての知恵は感覺より來るといふ説は、近來頗る勢力のある學説ですが、もう一歩進んだのがエルンスト、マハ先生です。先生は餘程頭腦の明晰な人で、その所説の大部分は、小生如きには判りかねますがまづ大體の所をかいつまんで申すと。

「手でふれて見なければ物の硬軟粗滑は決してわからない。眼で見なければ色相は決してわからない。春の夜のやみに嗅覺さへも無いならば、梅の花の在香は決して吾人に知り得らるる者でない。即ちあるも、ないも、吾人には全く同じ事になる。

必竟五感を初め、千百の吾人の感覺が皆無ならば、宇宙の森羅萬象は、吾人に取りて無いのと全く一般である。

此所までは外の學者の説と變りはないのですが、之れからがマハ先生獨特の議論に這入るのです。經驗といふものも、觀念といふ者も、乃至は理論といふ者も、知恵といふ者も、總て種々の感覺を樣々に組み合せた丈にすぎぬ。梅の花といふ觀念は、目で見た色相の感覺と、手でふれた形の感覺、一種の軟は感覺と、及び鼻に嗅いた芳香の感覺とを、頭の中で組合せた者にすぎぬ。暗の夜には香許りを感ずる。之と配合すべき他の感覺が伴はぬ。即ち香許りあるのと同樣である。切言すれば、春の夜の暗には、梅の花はなくして、梅の香のみが存在するのである。

斯の如くによく／＼考へて見ると、感覺は本で、觀念とか、理性とか云ふ者はすべて末である。感覺のみが眞實の者で、他の者は悉く頭裏に映る影である。若くは迷である。生といふ觀念も迷であれば、死といふのも迷である。靈魂の不滅といふ、神といひ、自由といひ、乃至は我といひ、物といふ、悉く人類の進化の途程に、次第に發現し、發達した迷想にすぎぬ。

上の樣なマハ先生の甚だ偉大な甚だ崇高な思想は、大部分カントの認識論に反抗して、樹立した宣戰の大旆です。

ハマ先生の說も、固より之丈では其萬一もつくしては居りません。カント先生の議論も、述べ立てればとても小々な日子でいひつくせる者でもなし、又第一、小生などの才力に、了解の出來る者でもありませんが、ほんの少し計り申上げて見やうなら、

假令梅の香もせぬ黑白の夜でも、何空間といふ考は頭の中に殘る。云ひかへれば、感覺を起す原因となるべき物質が、宇宙間に一つもなくても、空間といふ考は人心に存在する。同樣に世上の消長變化が全く止んだにしても、まだ時間の考は腦裏に止まる。空間、時間の考は、感覺や經驗を超越した者で、人類が抑も、初めて感覺し、經驗する以前から、其理性中に存在し、理性の働き方を支配してをる形式である。

此の如く、感覺や經驗の以前から、人の心に存在する者、感覺經驗を超越して、理性を支配する者を論ずるのが、卽ち我輩の哲學である。と云ふ見地から、有名な「理性の批判」と申す書物を公にせられました。

序乍ら申して置きますが、時間空間も感覺だといふ事を、初めて唱へ出したのはマハ先生です。

その六、梅花無盡藏

馨といへば嗅覺を思ひ出し、嗅覺といへば五感を說き、五感から經驗、觀念、理智と順を追つて、とうとう自然派哲學、超自然派哲學などと、飛んでもない所まで脫線しましたが、このまゝもう少し繼けさして頂いて、そのあとで又、梅花と緣のある御話を致しませう。何梅の實の所では、もう少し興味もあり、もう少し家庭的な、もう少し衞生的な事柄を書くつもりです。

梅が枝になきてうつろふ鶯の
はね白妙に淡ゆきぞふる　萬葉

青柳を片絲によりてうぐひすの

ぬふてふ笠は梅の花笠　古今

梅といへばすぐに鶯を思ひ、花を嗅げば必ず蝶鳥を添へる。人が嗅いで快いと感ずる匂は、鶯にも快くて、人が見て美しいと思ふ花の色は、蝶鳥にも矢張り美しいと見える樣です。

斯樣な情緒の一致、詳しく申せば人類の、好惡美醜の感情と、理智の發達の殆ど皆無と申しても良い動物類の夫れとが、どの位まで一致して居るだらうか。又其一致は、何故に生じ、又何故に存在する事柄でしやうか。

若しや、梅が香を好む、花の色を愛するといふ事は、何か直接、又は間接に生物の生存發達に、利害のある事ではなからうか。

即ち良い匂は成べくかぐ樣にし、美しい色は成丈見る樣にし。――猶廣く申せば、感覺感情の滿足は、出來る丈け求める樣にするのが、動物としての本分に協ふのぢやないでしやうか、こうするのが肉體上にも、精神上にも、個人の爲にも、種族の繁榮にも、動物にも、人間にも、最適した法ではあるまいか。

此等が一々そうでないとすれば――若し好愛する事は、本來人類に害のある事で、之を慾求するのは、道にかなはぬといふなれば、人の生涯には大なる矛盾があつて、人はたえず絶大の租税を、自然にはらはなければならぬ事となる。

夫れなれば抑、又、なぜ梅が香を不快と感じ、花の色を醜いと思ひ得ないのであらうか。

感覺を第一義とする自然派の學者は勿論、所謂超自然派、理想派の哲學者でも、倫理學又は社會學の關係から、是非共何とか答へなければならない問題です。こゝいらの邊が、ともすると、快樂說の根據となつたり、自然主義の、芽を出したりする所なんです。

その七、眞善美

勅なればいともかしこし鶯の
宿はと問はゞいかゞ答へん。

之は有名な鶯宿梅の歌ですが、兩人の格言にも「問

ふは易く答ふるは難し」とあります通り、上の樣な問題も、其正しい解決は容易に求め得られない。現に此解決を誤つたが爲に、自己の運命を犧牲にした、學者、個人、社會、國家なども、昔から隨分見うけます。

けれ共純粹の哲學からは、どうも我々を滿足させる樣な、まとまつた答案が出しにくい。稍尤もだと思はれる道理と、其證據とは、却て歷史、社會學、博物學、殊に生物進化論に依つて敎えられるのです。いくら梅花無盡藏でも、理窟も餘り長過ぎた樣にも存じますから、學問上は興味の多い此「道理と其證據」とを此處では省略して、唯その結論丈、簡單に申しのべますと、

本來は、美しいと見、快いと感じた事物には、直接若くは間接に、生物の保全、發育、進步、發達を助長する性質が伴つて居つた。逆に言へば、生物は自己の保全發達に、何かしら利益のある色相を、五感にふれては快と覺え、美と感じ、情緒にうつしては樂しいと思ひ、從て之等を慾求する間に、不知不識進步發達をも遂げた次第である。かやうにして生物は、追々に進化して遂に最高の人間にまでなれば、その情緒も亦共に發達して、喜怒哀樂若くは納叢、音樂となる。曲線美も、花の色香も、陽春白雪の曲も、ベートーベンのソナタも、その源は鶯が梅を戀ふ心と、軌を一にするといふのが自然科學の說く眞理です。

別に英國の哲學者の說に依ると、善惡の觀念も、もとは利害の關係から發達したのだといふ。やがて利のある所は卽ち美で、利のある所は又善である。そうして之が卽ち眞理だといふのですから、考へ方によつては、此方面からも、利益、並びに眞善美の、一致を見出す事が出來やうかと存じます。

その八、黃鶴樓

梅花の美について二つ三つ御話を致しませう。頃は元の世祖（忽必烈）の時、揚子江の南では宋朝を被き、江北から漠北まで、西は獨逸の東部までは、

元朝が君臨した時代の事です。
伯顔將軍は宰相中の眞宰相、男兒中の眞男兒である。

　精兵百萬下二江南一。　干戈不レ染生靈血、　伯顔

百萬の鐵馬戈に觸らずして、千里の江南を平げた後、都に凱旋する將軍の、錦を飾る家づとは、唯咲匂ふ一枝の梅花であつた、蒙古の地、ごび砂漠の中に生れて、生れてから未だ一度も、將軍は梅の色香を眺めた事がなかつたのである。

揚子江の河口から、西北に溯る事凡そ八十里で、南京城の岸につく、南京から西南に折れて百里の餘を上れば、即ち九江府潘陽湖である。こゝから更に西西北の方角に、七十里許り揚子江の流を遂ふと、やがて有名な武昌府につきます。

今から凡そ百日前、此江に臨ち、此山を蹴て、將軍黎元興が蹶起して以來、阿修羅が帝釋を破る樣に、積水を千仭の谿に切つて落す樣に、瞬く間に三百年の社稷は覆つて、四百餘州は、萬馬の衢となつた。其空前の大革命に、幽々の烽火を點じた武昌の地、此後も四億萬の民草の上に、風雲を卷舒すべき英雄兒の郷に、連綿と一脈の丘が横はる。丘の上に黄鶴樓の高殿が立つ。

欄によつて眼を縱てば、十八町をへだてた對岸の、漢陽の街は手に取る樣、一つ一つの木々の姿も數えられる。

　晴川歷々漢陽樹。芳草萋々鸚鵡州　崔顥

江心の鸚鵡州の綠には、花も咲きさうな心持である。遙か東北には帶の樣に漢水が流れて、其向ふには漢口市も霞んで見える。此樓に夜上つて、一曲の落梅の歌をきく。

　此夜曲中聞二折柳一　何人不レ起二故園情一
　黄鶴樓中吹二玉笛一　江城五月落梅花

離人獨り故郷を懷ふか、征婦遙に遠人を戀ふか、抑も將軍陰ろに刀槊の勞を戀するか、詩は唐人の作です。

（ちなみに申す。黄鶴樓は二三十年前焼けてなくなつたそうです。非常に有名な建物であつた

のに残念な事を致しました。折柳、落梅花は共に歌曲の調子です。)

育兒

育兒概論

元來小兒を養育することは、殆んど親たるものゝ本能に出て、何でもなく自然に出來る筈であります。然るに人の子は他の動物の仔と違ひ、至てか弱いもので、生み放しでは無論育ちませんが、愛育してもその育て方を誤れば又滿足には育ちません、然れば人の子を育てるのには、單に動物的の愛のみでは不十分である、必ず學理に適つた智識と經驗とに俟たなければならぬのであります。これが即ち今日育兒法として世に研究され、實際に行はれつゝある所のものであります。

もとより昔とても其時代相當の育兒法はあつたに相違ありませんが、今日から見れば隨分誤つた事のみ多かつたもので、小兒が育つたと云はんよりは寧ろ生き殘つたと云ふ方が穩當かと思はれる位なものであります。併し今日の育兒法とても復た幾百年の後には、矢張種々研究の行届かない、不完全の點を發見されることであらうと思ひます。現に十數年前の育兒法と今日の育兒法でさへも大分異つて來た點が尠なくない、今得意氣にこゝにお話致さうとする育兒法も、明日は既に多少陳腐に屬するかも知れません、學問上の研究は駸々としてその歩を進めて參ります。

育兒と申します中にも、特に生後一ヶ年間、即ち哺乳兒期の保護及び榮養法が最も六ケ敷いので、これは小兒自身に取つては本よりのこと、國家に取つても頗る重大の關係のあることでありまして、洋の東西を問はず、古今を通じて、生後一ヶ年の間に再び

彼の世へ取り返さるゝ所の小兒の數は驚くべく多いのであります。

試みに西洋に於て千八百九十六年より千八百九十九年までの間に於て、生後一ケ年間に亡くなつた小兒の割合を見ますと、百人の活きて生れた小兒の中で平均、獨逸では二十三、四人、墺太利では二十三、佛蘭西及び英吉利では十六、伊太利では十七、丁抹では十三、瑞典では十八、那威では九、五と云ふやうな割合に死亡して居ります。

何故各國に於て此の如く種々の死亡數を出すかと云ふに、これには又種々の關係がありまして、例へば外部の影響に對する小兒の抵抗力が弱いとか、既に胎内に於て病氣に罹つて來るとか、生れてから病氣になるとか云ふやうなことも無論ありますけれども、併し第一にその初生兒が生活して立派に育つて行くか何うかと云ふことは、專らその榮養の方法如何に由ることであります。

小兒自然の榮養、即ちその發育の爲に天より供へられたる榮養と云へば申迄もなく母の乳房に出る所の榮養であります。各國に於てこの榮養法が如何に行はれて居るかと云ふことを尋ねれば、從つて小兒の生後一ケ年間に死亡する數の相異を解明することが出來やうと思ふ。即ち母乳に依て育てられる國に於てはその死亡數が少なく、風俗習慣、生存競爭、貧困、又は乳汁分泌器官の缺陷と云ふやうな事に由て、小兒の榮養を減殺する所の國に於てはその死亡數が多いと云ふ譯になつて參ります。此等の事を口實として、何も人間の權利であると云へばそれ迄のことであるが、併し如何なるものを以てするも、この天然の處方に依る榮養に代へ得るものは無いのであると云ふことを承知しなければなりません。

然れば我邦婦人の自ら其乳房を以てその子を哺育すると云ふ善良の習慣は、是非これを持續けるやうにし、更にその義務の貴ぶべき意味を理解し、喜んでこれを爲し、適當にこれを爲すやうに勉めなければならぬと同時に、一方西洋風の惡習俗を防ぎ、この

天與の活泉たる乳房の枯渇せぬやうに用心をしなければなるまいと思ひます。

それで既に處女時代よりして、この將來重要の天職を充たすべき器官に就ては、特に注意して保護することを要するのであります。即ち乳房は可成自由に立派に發育するやうにし、決して胸を窮屈に緊めるやうなことをしてはなりません、更に胸や腕の筋肉が能く發育するやうに適當な體操又は操練法を行ふが宜しい。

而して若き婦人の將に母たらんとするや、克く最良の條件の下にその乳房の任務を充たし得るやうに用意すべきは無論のことで、可成乳房の壓迫を避け、毎日微溫湯を以て洗ひ、その乳嘴は薄いアルコールに浸した軟かいガーゼ又は脫脂綿を以て拭ふやうにするが宜しい、斯うすれば乳房の皮膚は强くなり且つ清潔に保たれ、哺乳時に當て乳嘴に傷などを生じて苦しむことを免れやうと思ひます。

尙ほ新鮮の空氣中に逍遙し、又適當の操練法或はマッサージも然るべき指導の下に行へば、乳房の將來の爲めに頗る有效なるものであります。

次には榮養物即ち乳汁そのものに就て最も重要なる點を申述べます。

母乳は如何なる成分から出來て居るか

この中には初生兒の爲めに、その成長發育の爲に必要なあらゆる物質を含むで居ると云ふことは明かである、且つその量もなか〳〵少なくないと云ふことが分かる、即ち僅かに半年を過ぐれば初生兒の體重は倍になり、一年經てば三倍になることを見れば質に思半に過ることゝ存じます。

そも〳〵種々樣々なる組織を作り、小兒身體の發育、體溫の原動力となり、運動、消化、呼吸等の大切なる働の原動力となる所の、この不思議の成分は如何なるものかと申しますと、それは蛋白、乾酪質、脂肪、糖分、鹽類及び水と云ふやうなものであります。

年も若く、健康で、總ての點に於て申分の無い母親の乳汁に就て檢査して見た所に依りますと、百グラ

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

ムの乳の中には平均蛋白質が一グラム、脂肪が三乃至四グラム、糖分が六乃至七グラム、鹽類が〇・一乃至〇・二グラム含むで居たと云ふ檢査の例がありますが、併しこれは一人のお母樣の乳に就ての數ではなく、又同一婦人の乳に於ても每回哺乳の終に取つて試驗をして見ますと、その始よりは何時も脂肪の量が多く、又種々の時、加之ならず左右の乳房に依つても多少その成分が異なるものであります、けれども大體に於ては、小兒が哺乳する一日の量、その成分と云ふものは頗るよく一致して居るものと云ふて宜しいのであります。但し分娩後二週乃至三週間の乳汁は別物で、この所謂初乳と云ふものは、其後の乳汁に較べますと、蛋白や鹽類は三倍乃至四倍も富んで居て、糖分は却つて少ないものであります。

　母の食物と乳汁成分との關係は何うか、卽ち食物に依て乳に如何なる影響を及ぼすかと云ふことは屢々起る所の問でありますが、非常に多過ぎるとか、餘り少ないとか云ふことの無い限りは、母の食物如何は先づ餘り大した關係が無いものと云ふて差支ない、故に哺乳の間は、普通の平素の食事で澤山である。寧ろこれが正當である。但し胡椒、唐辛等の藥味、其他餘り鹽辛き食物、又蟹、葱、甘藍などは避くべきものであると申して居ります。

　乳汁分泌の多少は、その人の個人的の關係、又人種の特性などにも由りませうが、一面に於ては、多量の溫かい飲物を取るとか、鐵、石灰、マグネシア等の如き種々の藥品に依て乳汁の分泌を多くし、また例へばカンフルの如きものに由ては、その分泌を減ずることが出來るものと信ぜられて居るやうでありますが、兎に角續いて乳が出て且その量を增さうと云ふのには、安穩にして規則正しい生活をすることが最も必要なことであります。それには先づ夜は可成早く寢に就き、每日暫時間新鮮の空氣中に於て散步をし、溫浴を取り、骨の折れぬ手輕な仕事をし、常に氣分を快濶に

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

保つやうにしなければなりません、次に
母の服藥は小兒に影響するかと申しますと、これは昔の人が云ふた程には著るしくはないけれども二三の藥物は慥かに乳汁中に移行して、その小兒に害を與へる、就中阿片、ベラドンナ、ラバルベル、旃那葉などと云ふ如きものはこの傾があります。酒類は何うかと云ふに、全くこれを用ゐぬ程確かなことは無い、大量は無論禁じなければなりません。近頃の研究に依りますと、乳汁中には、これ迄知られて居つた成分の外に、他の重要の物質を含むで居りまして、動物に就て試驗をして見た所に據りますと、母乳中には、病毒に對してこれを防ぐ所の物質があつて、その哺乳兒を病氣に罹からぬやうにし、或は病氣の感受性を弱くする所の作用を持つて居るのであります。

（以下次號）

小兒の眼（承前）

畸形

眼の構造は實に優美に精巧を極めたるものでありまして、簡單なるが如くで頗る複雜である。從つて其作用も至つて規則正しく而かも美妙なるだけに、又この小さな器械には種々樣々の狂ひや病氣が起るものであります。

病氣の事は後に改めてお話を致すことゝしまして、こゝには畸形、即ち生れつきの眼の片輪に就て少しお話を致します。

前回に述べました小兒の眼の構造、視力並に運動について、あの位のことを御承知になつて居れば、大概その子の眼の健全であるか、異常があるかと云ふ位の見當はつきます。併し初生兒の眼は前にも申す通りその虹彩の位置や色の關係から、比較的ぼんやりして見える、それに眼の運動も不確で、兩眼勝手の運動をし、羞明がつて變な眼つきを致しますから、果して健全であるか、盲であるか、或は斜視であるか、それとも他の眼病があるか、一寸判斷のつきに

くいものであります。それが爲めに全く健康の眼であるけれども、何うやら變な眼つきをするが異常が無いかと云ふて心配さるゝお母樣もありますが、又これとは反對に、盲目の小兒を抱いて隨分久しい間氣がつかずに居る哀れなお母樣もあります。一昨々年も私は實際斯樣なお氣の毒なお母樣に遭遇つたことがありました。この小兒は消化障碍の爲に、或小兒科醫の治療を受けて、お腹は略ぼ治癒りかけましたが、その主治醫から注意されて、眼も少し惡いやうであるからと云ふので始めて私が診察をすることになつたのでありましたが、段々檢査をして見ると氣の毒にもこの子は兩眼とも殆ど失明して居つたのであります。お母樣はこれを知らない、何時笑ふやうになるだらう、何時玩具を持つて遊ぶやうになるだらうと樂しみに待つて居るのであります。急には其實を告げ得ぬ程氣の毒なものであります。

眼の發育がお胎の中で障碍を被むると、これが屢々眼の一部分又は全體の異常を呈する原因となり或は保護器即ち眼瞼の畸形となるのでありまして、その障碍と云ふのは、普通の發育を妨ぐることゝ解して宜しいが、その眞の原因に至ては今日尙ほ說明し得ない點も澤山あります。又眼の發育の途中に於て病氣に罹ることも御座います。

次に最も屢々遭遇する所の眼の畸形を二三舉げて見ますれば。

角膜、即ち俗に黑目の部分が生れながらにして溷濁て居ることがある。これは大抵胎の中に於て炎症に罹つたものでありまして、往々後に至て漸次その曇が去つて明るくなることもあります。又黑目の緣の部分に生れながらにして、豆粒程の大さの腫物（デルモイド）が出來て居りまして、甚しく眼の外貌を惡くすることがあります。

虹彩、即ち瞳孔を作つて居る所の膜で、所謂黑眼、碧眼と稱するやうに眼の色をなす所の膜が、一部分或は全部缺けて居ることがあります。斯樣の畸形がある場合には、羞明いので甚しく視力を害し、又往々

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

往他の異常も共なることが尠なくない。或は虹彩に裂目があつて、それが爲めに瞳孔は圓くならず卵形になつて、その裂目が角膜の縁の所まで達して居ることがある、而してこの裂目は下の方に向いて居る場合が多いものであります。

又裂目と云ふほどの程度に至らないもので、虹彩の一部が圓く缺損して瞳孔が二ッも三ッも出來て居るやうに見えるものは屡々あります。支那の小説的聖人の堯と云ふ人の瞳孔は二ッあつたとか、太閤樣の瞳孔が幾つあつたとか云ふことは、俗人の以て異とし偉とする所でありますが、果してさうとすれば、右に云ふ所の虹彩の一部分缺損症で、輕い片輪者であります、これは少し注意して眼を檢査するならば眼科醫などは幾らも見る所のもので、餘り珍らしいものではありません。

虹彩の裂けて居る時には、矢張これと同樣に脈絡膜と云ふて眼球の内側に張られて居る膜も裂けて居ることが往々あり、尚ほ網膜及び視神經の發育も不十分なことがあります。

此等の畸形があれば、その視力、物の見え方に如何なる影響があるかと云ふと、これは甚だ色々であります。

虹彩だけの畸形であれば、視力には全く變りがないか或は至つて輕度である、併し斯ういふ眼は後に至つて眼の内の方の重い病氣に襲はるゝことが多いものであります。尚ほこの畸形が眼の後の部分（脈絡膜及網膜）に迄も及んで居る場合には、その眼の視力は著しく惡いものでありますが、これは外からは見えません、器械を以て眼の内部を照して檢査して見て始めて分明るのであります。

次に虹彩の後にある所のレンスが、一部分或は全部溷濁て居ることがあります。その一部分の場合は大抵停止性のものである、即ちそれだけの溷濁で、別に全部に渉りて濁つて來ると云ふやうなことが無いもので、從てその視力も物を辨ずるに足るのであります。レンスが全部溷濁て居る場合には、無論盲で

ありますけれども、併しこれは他に病氣が無いならば、手術に依つて證明となることが出來るものであります。

又眼瞼の一部分が三角形に切れて居ることがあります。これは多く上眼瞼に見るもので、尙ほその他にも畸形のあることが稀でない。卽ち兎脣と云ふやうなものが同時にあることが屢々あります。

それから上眼瞼の內端の所が、內眥の上に三角形に垂れ下つて被ふて居ることは隨分あるもので、これは特に西洋の小兒よりも東洋の小兒に多いのでありますが、大抵一ヶ年も經てば自然に治癒るものであります。併し上眼瞼を引擧げる筋肉の發育か不十分なる爲に、上眼瞼が全體に垂下つて居る小兒もまゝあります。

生れつきの異常で珍らしいものは、色素の缺損であります。卽ち黑眼たり茶眼たるその黑色、褐色の色素が無いものであります。これは單に眼ばかりではない、全身に色素が無いので、髮の毛は帶黃白色で、皮膚の色も眞白で紅い、所謂白子でありまして金髮白皙の西洋人のも一歩進むだやうなものであります。而して光線は瞳孔を通して反射して來ますので紅く光つて見える。丁度白兎の眼のやうであります。斯樣な眼は明るい所に出ると目が眩むで物が能く視えない。而して常に羞明があるのであります。かういふ兒は、とても十分の視力はありませんが、光の眩しいのは、煙色の眼鏡に依て防ぐことが出來ます。

家庭衛生

看護法

これから此欄を拜借して、看護法の極大體の所を順次お話致して見やうと思ひますが、それには先づ概略身體の解剖をお話して置いて掛かるのがほんとうですけれども、これは以前から此雜誌をお讀みにな

つてお出になる會員の方々は、既に身體の解剖上の名稱位は大抵御存知のことでありますから、玆には略しまして、直ちに看護の事から始めます。

一、病室

病室と申しましても、大病院の病室もありませうし裏長屋の二疊か三疊の室が、止むを得ず病室になることもありませうから、一々それに就てお話を致す譯には參りませんが先づ病院の完全なる病室を模範として、出來るだけそれに近いものが最も良いとして、極下等の所なれば、せめては煮炊をしない室と云ふことになりますが、總て普通の所を標準としてお話を致します。

幾つも室のある家なれば、可成廣く、明るく、乾燥して、冬は能く暖めることが出來、又可成外の喧噪いのが聽えない室を撰みたいものであります。

病床も今日の所では、疊の上に蒲團も止むを得ぬことであるが、出來るならば矢張床板の上に寢臺に致したいものであります。その寢臺も可成蟲などのつかないやうに鐵製にして、淸潔にし易く、又車の樣に樂に牽いたり推したりすることの出來るものが便利である。寢臺の上に敷く床を作るならば、馬の毛を詰めたものが最も佳い、尙ほこれを二ツか三ツに分ける方が便利である、即ち一番後のものを容易に引きはづすことが出來るやうになつて居れば、中央を隙かすことが出來る、斯うなつて居れば、病人が兩便をする時に頗る便利で、便器を差入れるにも樂であります。

その上の敷物は油紙或は護謨布の如き濕氣の通らぬものを用ひ、更に木綿を以て平らに皺や襞の出來ないやうに被ふのであります。下敷は餘り溫い物は却て宜しくない、不潔では無論いけない。掛け蒲團には淸潔な毛布を木綿に包み、或は輕い普通の綿入れ蒲團でも宜しい。枕は本より括枕でなければならぬが、今日では都合に依て何んな形にでも出來る枕が出來て居ります。

寢臺の足の方に框か柱が附いて居れば、それに紐又

は細帶を結附けて、病人が起き返へる時の賴に致します。

床の位置を選むには、別に吉凶方角を卜ふ必要もありませんが、先づ病人に直接日がさゝぬやうに、それから何方からも病床に近づくことの出來るやうになつて居れば誠に宜しいのでありますが、長く壁に沿ふて寢臺を置かなければならぬ場合には、冷えぬやうに、毛布の如きものを以て其側を防ぐか、或は板を立てなければなりません。

寢床を取換へる時には、もう一つ代りの寢床か、ソフア或は少なくとも軟かい椅子が室内に在れば都合が良い、即ち其間病人はこれに休むで居るのであります。

病床の傍の卓の上には、石炭酸或はリゾフオルム水の如き消毒液を充たした唾壺、吸呑、呼鈴などを置くべく、第二の卓上にはコツプ、盃、藥罐及び匙、電燈が無い室ならば洋燈、蠟燭なども置かなければなりません。尙ほ金盥、バケツ、便器、室内寒暖計等も必要でありますが、便器、洗濯物、繃帶材料等の如きものは側の室に備へて置くやうに致したいものであります。

病室の窓は十分開け放すことの出來るやうになつて居り、窓掛はすつかり引上げることが出來る仕掛になつて居らなければなりません、日本室なれば無論申分がありません、却て病人に直接に風を當てたり隙間の風が身に浸みぬ用心が必要であります。

室の掃除は、毎朝病人が目を覺した時に致します、動かしても差支のない病人であれば、その間別室に移して掃除をしなければなりません。

掃除するのには、少しも塵埃を起てぬやうに氣をつけることが大切である。塵埃を起てゝ室内に渦卷かせることは、病人には無論有害であるが、看護者に取つても頗る危險なことであります、この病室の塵埃の内には往々傳染性のバクテリアを含むで居る、特に隨分注意をしても結核菌などが混じ易いからであります。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

それ故に病室の床板は濕つた布を以て塵埃を拭き取るやうにしなければなりません。若し大きな穢點があれば、それは先に除いて、それから拭き掃除をする。この點に至つては我邦の疊と云ふものは誠に始末の悪いもので、一般に非衛生的の敷物であるが、特に病室の敷物としては以ての外の物である、何うかしてこれを廢する工夫がつけば、一時も早く全廢したいものであります。その掃除に用ひた雜巾は洗つて十分日光に當て乾燥する、特に傳染病菌などの居る疑があれば消毒液を用ひて洗はなければなりません。

病室に於て最も大切なることは、善良、新鮮の空氣を保つと云ふことであります。外から這入つて室内に臭氣があれば、これは空氣が悪くなつて居るのでありますから、新しい空氣と取換へなければなりません。今日の進歩した病院になれば、これには換氣装置が出來て居りますから別に心配はないが、普通は窓を開て新鮮の空氣を入れなければなりません。夏はなるべく屢〻又なるべく長い間窓を開き、夜も開くやうにするが宜しいのであるが、風が吹込むで病人に當るやうでは不可ません。冬はたまに窓を開ける、特に上の方の戸だけを開けて二三分間風を通します、日本室なれば隣の方の障子を開ける、而して病人は此際よく蒲團を被つて寒さを感せぬやうにし、又屏風を立てゝ直接に來る風を防ぐやうにしなければなりません、但し便所の側や、煙又は不潔の空氣の侵入して來るやうな所の窓を開ける譯には參りませんから、斯樣の場合には他の戸又は室を通して空氣を導くやうに工夫しなければなりません。

病人が汗ばむで居る際には、暫く風を通すことを見合せます。又室に臭氣があるからと云ふて、香を炷いたり香水を撒いたりしては宜しくない、精々ストーブの熱い板の上に醋を滴して蒸發させるとか、床板に薄荷水を撒くとか、又は特別の装置を以て悪い臭が無くなつて、呼吸を害せぬだけの程度に於てフォルマリン蒸氣を起てるとか云ふ位のことに止め

なければなりません。但しこれとても止むを得ぬ場合のことであります。

室内の溫度は冬でも、攝氏の十八度を越えては宜しくない。ストーブは土器のストーブが宜しい、これは溫さも平等で、且つ鐵のやうに直きに冷めたり又惡い瓦斯を洩らすこともありません。而してストーブの上には常に水を入れた金盥の如きものを置いて空氣が程良く濕氣を含むで居るやうに致します。燃料は室の外に置くやうにし、尙ほ濡れた下著や敷布の如きものは決して室内で乾してはいけません。日本流の火鉢は室を暖めるのには頗る感服しないものであるが、止むを得ぬ場合には、せめては室の外で十分炭を眞紅に起して、それから室内に入れるやうにし、黑い炭は決して室内で燃さぬことであります。病室の床が板になつて居れば夏は窓を開けて凉しくするのみならず、床に屢〻水を撒いて暑さを減ずることが出來ます、彼の旋風器は用ゐぬ方が宜しい。室の明りは宵の中は洋燈で宜しいが、心を細くして油烟が出るやうではいけません、必ず明るくして、よく燃えるやうにする、夜中つけて置くのには矢張菜種油の行燈か、電氣燈を薄い布で包むで置くのが最も良い。晝の間は只眼病人には往々薄暗くする必要があるだけであります。（以下次號）

—・—・—

菠薐草料理

ホーレンソウは軟かな纖維の割合に少ないものでありまして、殊に鐵分を含むで居るので、貧血の人などには誠に結構な野菜であると申すことで御座います。然し、我邦に於きましては、西洋種のものよりも味が劣つて居るせいか、但しは比較的他の菜よりも高いせいか、餘り多く用ひないやうに思はれます。料理と申しても通常浸物或は胡麻合へ又は汁物に入れる位のやうであります。西洋では大分これを珍重しまして、色々の料理を致して居ります、うまいまづいは兎も角も、多少補血の效があるものとすれ

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

ば大に食べるが宜しからうと思ひましたので、西洋の料理本の中よりこの一葉を摘み出でて御紹介致します、但し料理にかけては全くの素人で御座いますから、或は例の實際には出來ない、又は甚だまづい料理かも存じませんが、何分適宜に取捨應用せられて、眞においしくつて滋養になる御料理を御發明にならむことを希望致します。

栽培法

ホーレンソウは栽培が易く、又四度も蒔くことが出來ますから、殆ど年中取れるさうで御座います。土は軟い土の方が良く育つ、堅い庭園などに蒔くのにはばら蒔にした方が良いが、畠には矢張畝蒔に致します。第一回の種蒔は三月の半頃、第二回は四月の十五日から二十日位迄の間に致します。夏も出來ないことは御座いませんが、暑い爲にひどく延びて、忽ち種を結んでしまひますから御勸を致しません。秋及び冬の料に致しますのには、秋の初に第三回の種蒔を致します。又晩冬から早春の收穫には、最後の第四回目として九月の半過ぎてから種を下すので御座います。冬日の防ぎには輕く藁の覆をするのが宜しいと申すことで御座います又ホーレンソウは下肥などをやりますると味が惡くなると申します。

ニウジーランド種のホーレンソウは、秋の末に蒔きまして、冬から春の食料には大層宜しいさうで、これは濕つた土地が適當して居るとのことでありますが、頗る強く育つて、屢ゝ切つてやりますと、益々新しく發育して來るさうであります、且つ一度菜園に植ゑますと、今度は自然に生えて、別に種を蒔く必要がない位ゐ餘り密生するのでうろぬいてやらなければならぬさうであります。適當の時に外の方の葉を切取つてやらなければ無論硬くなつてしまひます。尚ほ白耳義の冬に出來るホーレンソウもなかなか良いと申すことで御座います。

獨逸式ホーレンソウ料理

ホーレンソウ百目。フエット一匙。玉葱一個。
ヒシコ二三尾。食鹽。

ホーレンソウは能く育つたものを求めます、併しもう種がついたものは味が悪く、又正味も價値がなくなります。と云ふて又餘り小さいものでは仕度が面倒で、又砂なども能く除れ難いものであります。

先づ料理を致しますに最初の手續としては、選り分けて能く洗つた菜を、可成僅かの煮た鹽水の中に入れるのが最も簡單な方でありまして、ホーレンソウが苦味を以て居る場合には、これをこぼしてしまひますけれども、さもない時にはこの鹽水もそのまゝ用ひます。最もホーレンソウは只蒸すのが最も良い方法で、かうすれば全くその成分を保存することが出來るのであります。扨てホーレンソウが熱の爲に軟かになりましたならば、これを細かく截むか或は擂潰して、これに適當量のバタ或は牛のフエットを加へます、これがホーレンソウには一番能く合ふフエットである。それからこれに小さな葱を一ツ擂り込みよい程に食鹽と二三尾のヒシコを截むで入れ、而して前にホーレンソウを煮た水を再び加へ、その上に粉を少し振掛けて、それから半時間程これを蒸すのであります。尚これに卵を半分に切つたものと、胡椒の芽とヒシコ一尾を添ふれば最も妙であります。

亞米利加式料理

ホーレンソウ三百目。鶏卵五個。牛乳一合、或はクリーム。バタ二十匁、牡蠣二十四個。

鶏卵の黄味五ツと一合程の上等の牛乳或はクリームを混せ、これに豫め能く洗つて煮て細かに截むだホーレンソウを入れ、幾度も攪拌ながら十五分間程煮詰ますとクリームのやうになります。そこで二十匁程の新しいバタをクリームの中に入れて、よく〱これをホーレンソウと攪き混せるのであります。亞米利加では牡蠣が澤山取れますから、尚ほこれに十か二十程も丸めた牡蠣を入れて料理致します。

佛蘭西式料理

ホーレンソウ三百目。バタ三十五匁乃至五十匁

鶏卵五個。

ホーレンソウの葉を能く洗つて、これを蒸し、或は

僅かに煮沸した鹽水の中に二三回ゆがいて截み、三百目の中にバタを入れて泡を立て、五ッの硬く煮た卵の黄味を少しづゝ裏漉にかけて加へる。それから肉の汁か又はホーレンソウの煮水を注ぎかけて徐々にホーレンソウの塊に浸込むやうにするのであります。斯う云ふ風に拵へて置きまして、このホーレンソウを晝の御馳走の時に焼いた牡蠣或は焼いた犢の膵などを添へて出します。これは先づ第一等の料理でありますが、併し牡蠣が無くとも、焼いた犢の膵か、羊の焼肉(肋骨の所の)が附けば、これ亦上等の料理であります。

亞米利加式スピナートソリッテル

ホーレンソウ百目。卵三個。白パン粉一匙。肉桂。薑。砂糖一匙。佛手柑の皮。乾葡萄二十匁。

フエット。

百匁程のよく選つたホーレンソウを洗つて一二回ゆがき、冷水にさらして水を切り、これを細かに截み、それから卵三個。白麵麭を揉み碎いたもの四匙に、肉桂と薑を少々づゝ、それに砂糖を一匙、尚ほ佛手柑の皮を碎いたもの少しばかりと、ふやかした乾葡萄二十匁程をよく混和して、これを鐵砲玉或は卵形に丸めて、熱した脂で揚げて、吸墨紙で油を取り、直ぐ皿に載せて出すのであります。

ホーレンソウとスカンポの料理

ホーレンソウ。スカンポ二百匁。小麥麵麭屑十三匁。バタ一片。肉の汁。

ホーレンソウとスカンポを一緒に煮ると頗る好いものです。よく拵へて、蒸すのが先づ一番宜しいのですが、さうしますと、ホーレンソウにスカンポの酸味がつき、美しい綠色になります。そこで大凡二百匁に十二三匁程の割合で小麥パンの屑と、バタを一塊入れまして、これを肉の汁或は肉の煮出で以て十分に煮詰めます。而してこれにうで卵の輪切或はいり卵のやうな物を添へるのであります。

ホーレンソウのスープ

ホーレンソウ百匁。バタ七匁。玉葱一個。粉。

肉汁五合。黒胡椒。肉荳蔲。バタ一塊。こがし
小麦粉。

百匁程のホーレンソウをよく洗つて荒く切り、これに七匁程のバタと小さな玉葱一ツをつき混ぜ、粉を少々かけます。それから肉の煮汁或は水と肉エキスを五合程加へてよく煮まして、かきまはして、これに僅かばかり黒胡椒と肉荳蔲を加へ、更に胡桃程の新しいバタを一塊入れ、こがした小麦麪麭の屑を入れるのであります。

一寸蒸して搾つたホーレンソウは、食物に色を著けますのには最も無害で最も佳良の材料で御座います



質疑

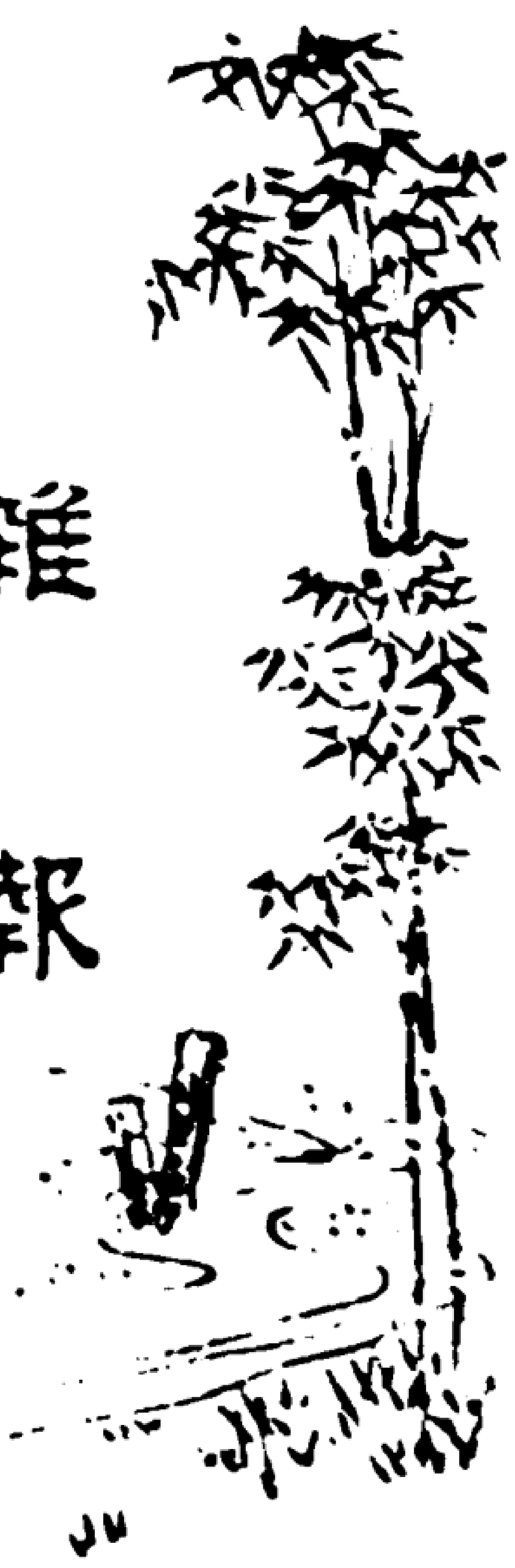
問● 私(二十歳)は二三年此方非常に肥りまして誠に見悪くどうにかしてやせ度いと心配して居る者で御座います近頃雑誌に廣告してあるやせる藥は實際效能のある者でせうか夫れとも害があるでせうか是非御敎へ下さいまし外に何かいゝ方法でも御座いましたらあはれと思召して御敎授下さい。

山形縣（一會員）

答● 御尋ねのやせる藥とは如何なるものか存じませんから實際效能があるか害があるか御答は出來ません、藥を用ひずとも痩せる方法は幾らも御座います、但し醫學上から申しますと、とても賣藥の效能書のやうな簡單な譯には參りません、第一に平素の食物其他の生活法に就て委しく調べて、其缺點の何處にあるかを見た上で治療法を講じなければならぬのでありますから、右の御尋だけでは正しい方法を申上げやうが御座いません、然しその療法の要點を申上げて見れば第一に食物を攝減して身體に脂肪の溜らぬやうにすることゝ第二には身體の中の養分を盛に使つて、脂肪を以前よりも餘計に費すことゝ此二通の方法を應用するのであります。その詳細のことは、迚もこゝで申上げ

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

られませんけれども、先づ含水炭素即ち米麥其他の穀類又芋類の如きものは可成これを節減し、その代りに肉類や野菜を多く食べること。脂肪のあるものも可成控へた方が宜しいが、穀類よりは寧ろ差支ない。次には運動すること、場合に依ては全身の按摩を行ふ。冷水浴、或は蒸風呂も效があるものとして應用せられます。尙ほ著物も可成薄著の方が宜しい。睡眠時間は六時間か七時間位にして、餘り長く眠らぬ樣にしなければなりません。大體右の如き事を應用するのでありますが、これにはなか／＼忍耐も要ることであり、前に申す通り其人々に由て加減しなければなりませんから、どうしても醫師の指圖に俟たなければ六ケしいことで、又急に痩せるやうでは害があります。身體は一層健康になつて而かも痩せて緊まつた身體になるのが目的ですから、これは十分注意しなければならぬことであります。



雜報

○婦人專用電車

山の手線電車にて各學校へ通學する生徒の乘車時刻の一定せる爲めこれを利用して不良少年の女生徒に惡戲するものありさなくとも、靑年男女の每日同一電車に乘合はすは過を生じ易き傾あるより嚴格なる家庭にては止むを得ずわざ／＼人力車を雇ひて通學せしむる向もあり不便尠からず且は風紀上にも甚だ宜しからずとて去月十四日鐵道院にては中野昌平橋間の各驛長をして其驛の女學生乘降者數を調査せしめ結果愈〻三十一日より婦人專用車の運轉を開始し鐵道院より各女學校長に對し可成同列車にて通勤せしめられたしとの旨を通報したるが右婦人專用列車時間は左の如し

▲中野昌平橋間　中野發(午前八時十四分)新宿發(同二十四分)代代木發(同二十六分)四谷發(同三十三分)市ヶ谷發(同三十五分)牛込發(同三十八分)水道橋發(同四十二分)御茶水橋發(同四十四分)昌平橋着(同四十六分)

▲昌平橋中野間　昌平橋發(午後三時十六分)御茶水橋發(同十八分)水道橋發(同二十分)牛込發(同二十四分)市ヶ谷發(同二十七分)四谷發(同二十九分)代々木發(同三十六分)新橋發(同四十分)中野着(同四十八分)

○風藥の中毒

先月二十一日のこと下谷區入谷の製紐株式會社の工女が感冒の氣味であると云ふて賣藥店より風藥を買ふて來て二包一度に服用して打臥したが間もなく苦しみ出したので醫師を招いで手當を加へたけれども遂に死亡してしまつたと云ふことが新聞の記事に見えた、これは近年殆ど毎年のやうにあることで、藥は假令賣藥であつても餘程氣をつけねば恐るべきものと心得なければならぬ。

○炬燵にて燒死

先達千葉縣の方で一歲になる子を抱きて炬燵に寢入りたるまゝその子が炬燵の中に落ちたを知らずに眠つて居てとう〱燒殺したので過失致死のかどを以て引致されたお母様がある。添乳しながら眠つて乳房や蒲團で小兒を窒息せしめ或は炬燵の中で炭酸中毒を起し又は斯樣に燒殺すなどは不注意の極みであるが、此等は何れも改めなければならぬ惡習慣である。

○煤煙防止劑

大阪西區のブリキ職井上某は日頃煤煙防止のことに工夫を凝し種々研究の結果今回一種の煤煙防止劑を發見したる由なるが、その裝置は煙筒の一側に孔を穿ちそれより防止劑の容器にパイプを通じて同劑を作用せしむるものにて過日その模型に就て試驗して見たる所に依ればその成績頗る良好なりしと。

○深呼吸の實行

江田島の海軍兵學校にては、體育並に肺結核豫防の目的にて、毎日十五分間づゝ學生に深呼吸を實行せしめつゝありとのことである。

廣告

○婦人衛生會例會

本月三日午後一時半より神田區一ツ橋通り共立女子職業學校大講堂に於て同會の例會を開けり、豫告の如く醫學博士遠山椿吉氏は眞空掃除器械に就て說示せらるゝ筈なりしが、電氣の都合にて實物の運轉かなはざりし爲め、題を改めて掃除の話をなし、空氣中の塵埃に就てその性質、含量及び健康上に及ぼす影響より西洋と我邦に於ける室內掃除法の利害得失難易の點を比較し、器の改良その他掃除の仕方につきて衛生上の注意を與へられ、最後に眞空掃除器械の使用法並びに效用を說かれたり。

右終て階下の別室に於て暫く休憩の後散會せり。

○新潟支會新年會

同會は一月六日午後一時より同市高等小學校に於て婦人教育會及び帝國婦人協會と聯合の上盛なる新年會を催し、出席者百餘名、高田せん子三會を代表して開會の辭を述べ次に米賓巴利三郎氏の歐米視察談あり後餘興に移りたるが頗る盛會を極めたり。

○高崎支會總會

高崎支會は第二十一回總會を一月二十一日午後一時同市坂代町見晴館に開き參會せし夫人令孃數十名、次に平野、土谷、塚越、星野四國手臨席會務の報告に次で平野國手の理學的治療に關し自家經驗上より感じたる緊要の事柄につき有益なる演說ありて後蓄音器二絃琴、常盤津其他の餘興と茶菓の饗應あり餘興中殊に喝采を博したるは吉蝶師の二絃琴に津田夫人の唄の初音の一曲にしてその散會したるは午後五時頃なりき。

右總會へ

蜜柑壹箱　寄附　特別會員　高草木かね子

○本會役員會

本月十五日午後一時より小石川區翁尾副會長邸に於て本會役員會を開き來月の總會及び懇親會に關する件につき協議する所ありたり。

○本會入會者

○守屋千代子紹介

●本郷區彌生町三、ト／一〇　通常會員　麻生筆子

○宮本樂子紹介

●本郷區弓町二ノ二一　通常會員　恩田ゑい子

○高木鑠子紹介

●高知市永國寺町　特別會員　杉山若代子
●高知市南新町三丁目　通常會員　野本多鶴子
●高知市本町　通常會員　原佐久子
●高知市北新町八ノ二　通常會員　近森政子
●高知市西弘小路　通常會員　和田孝子
●高知市永國寺町　通常會員　飯尾輝子
●高知市升形　通常會員　山田鯉勢子
●高知市本町　通常會員　寺山みす子
●高知市中島町　通常會員　植木數子
●高知市鷹匠町　通常會員　池佐恵子
●高知縣土佐郡潮江村上町　通常會員　石田照枝子
●高知縣長岡郡三和村　通常會員　西山美那子

○野並三種子紹介

●高知市帶屋町　通常會員　五藤秀子
●高知縣土佐郡朝倉村　通常會員　伊野部幸子
●高知縣幡多郡中村町　通常會員　杉吉野子

○事務所申込

●四谷區愛住町　通常會員　梅田きよ子
●麴町區富士見町二ノ三二　通常會員　小林せい子

●四谷區大番町四四　通常會員　中島鶴子
●栃木縣足利町七一　通常會員　岩下いせ子
●愛知縣額田郡岡崎町字久右衛門　通常會員　稻垣種子
●京城大和町二ノ三六　通常會員　須田すみ子
●北海道天鹽國增毛警察署官舍　通常會員　山内こめ子

○高崎支會入會者

○星野清子紹介

通常會員　平野つね子
通常會員　松井たき子
通常會員　小林さみを子

○轉居

●朝鮮江宗通慈珍山田醫院へ　關野秀子
●千葉縣市川町市川新田二〇九へ　菱田絲子
●赤坂區青山高樹町一五へ　武宮すみ子
●靜岡縣興津町清見寺へ　山梨識子
●麴町區上手三番町三ノ四へ　石濱よし子
●府下大崎町上大崎三二一へ　小倉すゞ子
●相州茅ヶ崎南湖院へ　河野もゝよ子
●府下千駄ヶ谷八七四へ　神谷ゆき子
●麴町區山本町三ノ一へ　南部順子
●府下巣鴨町一一四九へ　桑原春子
●大連兒玉町五ノ五號へ　今みつな子
●府下淀橋町角筈新町二ノ一四五へ　森寬子
●麻布區飯倉片町二八へ　鰺原千代子
●神戸市東平野村一ノ二二一へ　大井上とし子
●本郷區弓町一ノ二六高橋とく方へ　佐藤さだ子
●府下大崎町下大崎八九池田信方へ　崎川つる子

ユーキリン

肺結核唯一の治療藥たる結列阿骨篤の副作用を除き然も其効果を完全にせしはスパイヤー博士發見の本劑なり

説明書郵呈

プノイミン

鈴木博士發見の本品は結核腺病特に神經衰弱症の最良强壯劑として現時治療界を風靡する有機性燐劑なり

東京市日本橋區室町三丁目　三共合資會社

タカヂアスターゼ

北里博士指導佐伯矩氏創製の本品は衰弱者肺病其他慢性諸症に卓効ある滋養新劑なり

説明書郵呈

グリコナール錠

高峰博士發見の本劑は効力顯著なる胃腸新藥なり

類似品あり注意

東京市日本橋區室町三丁目　三共合資會社

▲▲講習生ハ日本消化機病學會會員タルノ義務アリ▼▼

◎消化機病學 第十回講習

〔講習期〕自明治四十五年二月十五日 至明治四十五年三月三十日

〔講習生〕參拾五名募集

右講習生ヲ募集ス

東京市麴町區內幸町一丁目三番地

胃腸病院

（電話新橋百六十七番）
（電話新橋百六十八番）

▲▲規則書入用ノ方ハ郵券貳錢同封申込アリタシ▼▼

日本消化機病學會雜誌 第十一卷第一號

（新年號）（明治四十五年一月三十日發行）

（原著）

一、腸治療上ニ於ケル補助劑トシテノ寒天ニ就テ　プロフエツソル、ドクトル、マツクス、アインホルン

二、腸上皮ニ就テ　醫學博士　大澤岳太郎

三、脚氣病原ノ研究　醫學博士　遠山椿吉

四、米糠ノ一新有機酸ノ化學的研究　醫學博士　遠山椿吉　村井東輔

五、上論文ノ討論　醫學博士　三浦守治

（內國文獻）四十三件（外國文獻）三十一件（雜報）二件

（名簿追加）（第十卷總目次）（廣告）百餘件

（歐文原著）Ueber Agar als ein Vehikel in der Darmtherapeutik. ——Prof. Dr. Max Einhorn.

本會雜誌ハ毎號金參拾五錢（郵稅共）毎卷（六號）金貳圓五錢（郵稅共）●廣告料一行二十字詰金拾貳錢、半頁貳圓貳拾錢、一頁四圓貳拾錢二回一割引、三回以上一割五分引（但前金）●雜誌見本入用ノ方ハ三錢郵券十二枚同封發行所又ハ賣捌店ニ就キ御請求アラルベシ

東京市麴町區內幸町一丁目三番地胃腸病院內
發行所　日本消化機病學會事務所

東京市本鄉區春木町三丁目三十二番地（電話下谷五七番）
賣捌店　南江堂支店（振替口座東京五二〇番）

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

私立大日本婦人衛生會發行

醫學士 渡邊房吉著

家庭醫學 活ける家

洋裝全一冊
定價七拾錢
送料金八錢

大賣捌
東京市本郷區春木町三丁目卅二番地 南江堂支店
東京市神田區表神保町三番地 東京堂書店

本書は嘗て婦人衛生雜誌第二百十號より第二百四十九號に亙りて連載されたる『活ける家』を取纏め更に修繕改築を經て成れる靈殿なり其宗廟の美百官の富に至ては已に一度會員諸姉の觀覽を經たる所今敢て贅せず、乞ふ一本を座右に備へ更に他に向て推薦せられむことを

本會々員ニ限リ二割引トス

私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雜誌代價及廣告料

代價

一冊 定價金貳拾錢 郵稅壹錢
三冊(三ヶ月分) 前金郵稅共 金四拾五錢
十二冊(一ヶ年分) 前金郵稅共 金壹圓八拾錢

廣告料

一頁六十二行 一行二十三字
壹頁 金五圓 半頁 金貳圓五拾錢
○特別廣告 壹頁金拾圓 半頁金五圓
○半頁以下行數ヲ以テ計算スルモノハ一行二十五錢

規定

○本誌講讀申込ノ節ハ前金三ヶ月分以上本會事務所宛ニ送附セラルベシ但シ見本ハ郵券ニテ貳拾壹錢代用苦シカラズ○本誌休讀ノ節ハ速カニ報知セラルベシ通知ナキ分ハ講讀者ト見做ス但シ後金ニハ割引ナシ○轉居ノ節ハ新舊宿所通知セラレタシ

明治四十五年二月十七日印刷
明治四十五年二月二十日發行

編輯者兼發行者 東京市本郷區駒込追分町二十九番地 菲司秋次郎

印刷者 東京市本郷區駒込林町百七十二番地 今井甚太郎

印刷所 東京市本郷區駒込林町百七十二番地 杏林舍

發行所 東京市麴町區富士見町二丁目三十二番地 私立大日本婦人衛生會事務所

賣捌所
東京市本郷區龍岡町 吐鳳堂
同市銀座四丁目 東海堂
同市京橋區鈴屋町 良明堂
同市本郷區本富士町 明文館
同市同區春木町 南江堂支店
京都市寺町二條南入 若林茂一郎
東京市日本橋區呉服町 北隆館
同市神田區表神保町 東京堂
同市本郷區本富士町 盛春堂
名古屋市本町三丁目 丸善書店

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

三月の卷發行

定價　一冊貳拾八錢郵稅貳錢五厘
六冊前金郵稅共壹圓七拾錢

新婦人

現代式化粧研究號

化粧の江戸女……大隈伯爵
化粧せぬ化粧と皮膚の美……田結醫學士
化粧上の齒の價値……鈴木顧問
寢おしろいはわるい……藤間房子
化粧法……柴田環子
姿の姿式の指輪……鹽崎逸陵
化粧品の選擇……佐々木玄兵衛
髮の毛の豫防……門田きみ
純日本式刈方……篠原炳德

化粧は女の生命……東花枝
家庭美顏法……遠藤初子
洗粉の性質と用途……中山太一
衣服の着方……安達藤藏
婦人の服裝……飯野三二
身の廻の嗜み……幾度永
新ダイヤ全盛期……大西秋作
石鹼は濟世の具……山岸荷葉
鼠の尻尾髭……大場秀吉

流行製造者……櫻井法學士
髢毛と地毛……田中金三郎
椿油と頭髮……木村とら子
結つて居る間は人の頭……尾張屋みつ
大阪の髮……多田たつ
髮は生涯の修業……佐々木ひさ
調和は髮の命……關口ぶん
結髮時の氣分……高城つる
刈り憎い高田式……小坂巳之助
束髮變遷史……松田幸次郎

大森土產……川村淸雄筆
書中の嬌聲　娓々として相語れるは何ぞ……鰭崎英朋筆
汐干狩　海中に足跡のある好い天氣……コロタイプ寫眞

繪畫及寫眞版

北白川宮殿下
姬宮德川公爵令孃●德川令孃●長谷場文部大臣夫人●大島陸軍少將夫人●澤千枝子孃●諏訪子爵令嗣夫人●海江田子爵夫人●伊集院法學士夫人●藤京都河邊照子孃●伊藤跡見女學校講師
新橋髮結の名手關口ぶん女●東花枝孃●岩崎辯護士夫人
畑仙齡氏夫人及令孃●甲府鈴木いその孃

卷末附錄　家庭日誌　三月分　溫度表晴雨表獻立表來客控●九星曆添

見本　郵券二錢　一冊　賣捌所は全國著名の書林雜誌店

發行所　東京市本郷區龍岡町　振替東京三〇五八番　聚精堂　電話下谷一六七二番　電話下谷四〇七九番

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN